

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ИВАНОВСКАЯ ПОЖАРНО-
СПАСАТЕЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОТИВОПОЖАРНОЙ
СЛУЖБЫ МИНИСТЕРСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ДЕЛАМ
ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ И
ЛИКВИДАЦИИ ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ»**



Методические рекомендации для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Экстремальная психология»

Специальность
20.05.01 Пожарная безопасность

Профиль
«Пожарная безопасность государства»

Иваново 2024

Мигунова Ю.С.

Методические рекомендации для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Экстремальная психология» (далее – методические рекомендации) по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность, профиль «Пожарная безопасность государства» – Иваново: ИПСА ГПС МЧС России, 2024.– 26 с.

Методические рекомендации содержат краткое изложение дисциплины «Экстремальная психология» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – специалитет по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность и основной профессиональной образовательной программы высшего образования по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность, советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины, пожелания по изучению отдельных тем курса, рекомендации по использованию материалов учебно-методического комплекса, рекомендации по работе с литературой; советы по подготовке к промежуточной аттестации.

Методические рекомендации рассмотрены на заседании кафедры основ гражданской обороны и управления в ЧС.

Протокол №___ от «___»_____ 2024 г.

Методические рекомендации обсуждены и одобрены на заседании методико-педагогического совета Ивановской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России.

Протокол № «__» от «__» _____ 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела	Стр.
1.	Введение	4
2.	Методические рекомендации по изучению тем дисциплины	6
2.1	Тема 1. Психологические основы профессиональной и психологической подготовки пожарных	6
2.2	Тема 2. Стресс и особенности его проявления в профессиональной деятельности специалиста МЧС России	7
2.3	Тема 3. Особенности психического состояния и поведения пострадавших в ЧС	10
2.4	Тема 4. Психологические особенности взаимодействия в подразделениях МЧС России, обусловленные профессиональной деятельностью	14
3.	Методические рекомендации для подготовки к промежуточной аттестации	24
4.	Словарь терминов по дисциплине «Экстремальная психология»	26

ВВЕДЕНИЕ

Целями освоения дисциплины «Экстремальная психология» являются:

- овладение обучающимися психологической составляющей профессиональной деятельности в экстремальной ситуации, в том числе формирование и развитие профессионально важных качеств;

- овладение основами системы знаний в области психологии управления и умений учитывать различные условия и факторы, оказывающие влияние на процесс принятия управленческого решения.

Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших дисциплину «Экстремальная психология», являются:

- организация и осуществление функционирования совокупности сил и средств пожарной охраны;

- системы мер правового, организационного, экономического, социального и научно-технического характера, направленных на профилактику пожаров;

- тушение пожаров и проведение аварийно-спасательных работ.

Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся, освоившие дисциплину «Экстремальная психология»:

- сервисно-эксплуатационный.

Обучающийся, освоивший дисциплину «Экстремальная психология», в соответствии с типами задач профессиональной деятельности, на которые ориентирована дисциплина, готов решать следующие задачи профессиональной деятельности:

- организация эксплуатации пожарной, аварийно-спасательной и приспособленной техники, оборудования, снаряжения и средств связи, умение практической работы на основной пожарной и аварийно-спасательной технике;

- участие в планировании, обосновании и утверждении номенклатуры, объемов поставок пожарно-технической продукции, подготовка технической документации на ремонт и (или) списание, организация и контроль мероприятий по ремонту пожарной, аварийно-спасательной и приспособленной техники и оборудования;

- организация деятельности подразделений пожарной охраны для обеспечения готовности личного состава, мобильных средств пожаротушения, пожарного оборудования и аварийно-спасательного инструмента, снаряжения, средств связи и огнетушащих веществ подразделений к действиям по тушению пожаров и проведению аварийно-спасательных работ.

Дисциплина «Экстремальная психология» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока дисциплин Б1 образовательной программы по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность, профиль «Пожарная безопасность государства».

В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы элементы следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данной специальности:

УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия;

УК-9. Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах;

УК-11. Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности;

ОПК-2. Способен осуществлять профессиональную деятельность по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях, тушению пожаров и спасению людей, в том числе в непригодной для дыхания среде, на высоте, в сложных климатических условиях;

ПК-8. Способен осуществлять кадровое и психологическое обеспечение оперативно-служебной деятельности подразделений федеральной противопожарной службы.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1. Психологические основы профессиональной и психологической подготовки пожарных

1. Изучите данную тему с использованием материала лекций и учебной литературы.
2. Заучите определения основных понятий (см. опорные термины, словарь терминов расположен в конце данных методических указаний).
3. Экстремальная психология – отрасль психологической науки, изучающая общие психологические закономерности жизни и деятельности человека в измененных (непривычных) условиях существования.
Экстремальная ситуация - (от лат. *extremus* — крайний, критический) — внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию.
4. Обратите внимание на психологическую составляющую профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля; цели, задачи экстремальной психологии; связь экстремальной психологии с другими науками; понятие экстремальной и чрезвычайной ситуации; общую психологическую характеристику деятельности пожарных.
5. Разберите классификацию основных форм проявления психики. Основными формами проявления психики являются: психические процессы, психические состояния, психические свойства, психические образования.

Вопросы для самостоятельной работы

1. Социальная значимость профессии спасателя и пожарного. Роль и место психологической подготовки в их профессиональной деятельности. (ПК-8)
2. Общие сведения и основные задачи служебно-боевой деятельности пожарных. (ПК-8)
3. Психологические особенности служебно-боевой деятельности пожарных. (ПК-8)
4. Понятие о психологической подготовке пожарных. (ПК-8)
5. Общая психологическая подготовка пожарных. (ПК-8)
6. Психические образования личности. (УК-9)
7. Характеристика стресс-факторов боевых действий и их влияние на психику пожарных. (ОПК-2)

Литература

- Алтунина И.Р. Социальная психология: учебник для студентов вузов / И.Р. Алтунина; под ред. Р.С. Немов. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 427 с.
- Мигунова Ю.С., Королева С.В. Экстремальная психология: учебное пособие для обучающихся очной и заочной форм обучения по специальности 20.05.01 – «Пожарная безопасность», по направлению подготовки 20.03.01 – «Техносферная безопасность». – Иваново: Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2017. – 146 с.

- Психология общения и переговоров в экстремальных условиях./ А.Г. Караяни, В.Л. Цветков. – Москва: Издательство – Закон и право, Юнити, 2015. – 247 с.
- Психология служебной деятельности: учебник для студентов вузов / [В.Л. Цветков и др.]. – М. ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2016. – 367 с.
- Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных./Под ред. Ю.С.Шойгу. М., 2014.- 320с.
- Психология и этика делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата./ Под ред. В.Н. Лавриненко, Л.И. Чернышовой. – Москва: Издательство Юрайт, 2015. – 408с.
- Экстремальная психология: Учебное пособие / Под ред. Ю.С. Шойгу. – М.: ФГБУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2017. - 288 с.

Тема 2. Стресс и особенности его проявления в профессиональной деятельности специалиста МЧС России

1. Изучите данную тему с использованием материала лекций и учебной литературы.
2. Заучите определения основных понятий.

Стресс - это неспецифическая реакция организма на физическое или психологическое воздействие, нарушающее его гомеостаз.

Сам «Стресс», можно рассмотреть, как комбинацию стрессора и стрессовой реакции. Без этих двух компонентов стресс не существует. Стрессор обладает лишь способностью возбуждать стрессовую реактивность.

Стрессор — фактор, вызывающий состояние стресса.

Изучите стадии развития стресса.

Стадии развития стресса

Рассмотрение физиологических фаз немаловажно для изучения причин появления стресса, но не стоит забывать об эмоциональных особенностях в поведении человека, при воздействии на организм стрессовых ситуаций и факторов. Психологическое состояние человека является показателем его общего состояния, и динамика стресса может быть настолько прогрессирующей, что приведёт к серьёзному заболеванию, при котором человек не сможет считаться здоровым и полноценным. Существует три эмоциональные стадии:

I. Стадия тревоги. Уже в этот период в организме происходят изменения — мобилизация энергетических ресурсов в ожидании какого-либо серьёзного события или воздействия на организм. Человек находится в состоянии напряженности и настороженности. Физически и психически может чувствовать себя хорошо (приподнятое настроение, улучшается память, ускоряется мыслительный процесс, проходят многие незначительные заболевания), повышается болевой порог.

II. Стадия сопротивления. На данном этапе организм начинает работать на износ, пытаясь решить трудности, сложности, возникшие перед ним, хотя все ресурсы расходуются достаточно сбалансировано. Стоит отметить, что в этот период можно наблюдать эффективную продуктивную работу человека — стремление добиться поставленной цели, преодолеть трудности, если эта фаза продолжится длительный период, это приведёт к переходу на следующую фазу.

III. Стадия истощения. Если организму не давать отдыхать, то рано или поздно, это спровоцирует неоднозначную реакцию организма, какой бы незначительной она ни была, в конечном итоге, она будет негативной. Наступает фаза дистресса, так назвал её Ганс Селье, или фаза истощения. На данном этапе развития стресса, человек уже чувствует подавленность, усталость, работоспособность снижается к нулю, это состояние можно назвать разбитостью. Физиологическая и психологическая защиты сломаны. С таким состоянием ещё можно попытаться справиться самостоятельно, применив свою силу воли, но если попытки борьбы окажутся тщетными, впоследствии, получаем крайне сложные и негативные последствия. Если стрессор чрезмерен и продолжает действовать, то вслед за этой стадией возможна гибель организма.

Травматический стресс – особая форма стрессовой реакции, когда стресс перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту. *Это нормальная реакция человека на ненормальные события.*

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – это специфическая, отсроченная во времени, форма нарушения психики, вызванная однократным или повторяющимся (накопленным) воздействием стресс фактора, выходящего за пределы жизненного опыта личности, субъективно воспринимаемого как необычный, и вызывающий, как правило, необычайно сильные эмоциональные реакции.

Копинг-поведение – это осознанная стратегия действий, направленная на лучшую адаптацию человека к требованиям ситуации и помогающая преобразовать ее в соответствие со своими намерениями, либо выдержать, вытерпеть те обстоятельства, изменить которые человек не может.

Психологическая защита - это специальная система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний.

Психологическая защита связана с изменением системы внутренних ценностей личности, направленной на снижение уровня субъективной значимости соответствующего переживания с тем, чтобы свести к минимуму психологически травмирующие моменты.

3. Обратите внимания на следующие вопросы: Система приемов и методов саморегуляции: виды дыхания. Дыхательная гимнастика. Приемы концентрации внимания. Нервно-мышечная релаксация. Снижение мышечного напряжения. Визуализация. Самовнушение. Психологическая готовность действий в чрезвычайных ситуациях. Особенности психологической готовности действий в чрезвычайных ситуациях. Условия, определяющие психологическую устойчивость спасателя и пожарного.

Завершает изучение темы обобщающее занятие по вопросам проявления профессионального стресса в деятельности специалиста МЧС России.

Вопросы для самостоятельной работы

1. Характеристика стресс факторов и их влияние на психику. (ОПК-2)

2. Заболеваемость и травматизм пожарных. (ОПК-2)
3. Механизмы формирования психоэмоционального стресса. (ОПК-2)
4. Сущность психологической закалки пожарных и спасателей. (ПК-8)
5. Психологическая подготовка пожарных и спасателей с применением комбинированного воздействия факторов огня, задымления, высоты, химически опасных веществ. (ПК-8)

Литература

1. Алтунина И.Р. Социальная психология: учебник для студентов вузов / И.Р. Алтунина; под ред. Р.С. Немов. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 427 с.
2. Мигунова Ю.С., Королева С.В. Экстремальная психология: учебное пособие для обучающихся очной и заочной форм обучения по специальности 20.05.01 – «Пожарная безопасность», по направлению подготовки 20.03.01 – «Техносферная безопасность». – Иваново: Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2017. – 146 с.
3. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях./ А.Г. Караяни, В.Л. Цветков. – Москва: Издательство – Закон и право, Юнити, 2015. - 247 с.
4. Психология служебной деятельности: учебник для студентов вузов / [В.Л. Цветков и др.]. – М. ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2016. – 367 с.
5. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных./Под ред. Ю.С.Шойгу. М., 2014.- 320с.
6. Психология и этика делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата./ Под ред. В.Н. Лавриненко, Л.И. Чернышовой. – Москва: Издательство Юрайт, 2015. – 408с.
7. Экстремальная психология: Учебное пособие / Под ред. Ю.С. Шойгу. – М.: ФГБУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2017. - 288 с.

Дополнительная:

8. Психологические аспекты принятия управленческих решений в экстремальных ситуациях: Учебное пособие по специальности 20.05.01 - «Пожарная безопасность» / Мигунова Ю.С., Королёва С.В. – Иваново: ООНИ ИПСА ГПС МЧС России, 2017. – 130 с.
9. Психология в деятельности сотрудников органов внутренних дел: Учебное пособие [В.Л. Цветков и др.]; под ред. И.А. Калиниченко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2017. – 207 с.

Нормативная:

10. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 31 июля 2020 г.)
11. Приказ МЧС России от 20.03.2011г. № 525. «Порядок оказания экстренной психологической помощи пострадавшему населению в зонах чрезвычайных ситуаций и при пожаре».

Тема 3. Особенности психического состояния и поведения пострадавших в ЧС

На людей, находящихся в экстремальных условиях, наряду с различными поражающими факторами действуют и психотравмирующие обстоятельства, представляющие собой обычно комплекс сверхсильных раздражителей, вызывающих нарушение психической деятельности в виде дезадаптивных (непривычных, нарушающих адаптацию) реакций. Следует подчеркнуть, что психогенное воздействие экстремальных условий складывается не только из прямой, непосредственной угрозы жизни человека, но и опосредованной, связанной с ожиданием возможности ее реализации.

1. Изучите данную тему с использованием материала лекций и учебной литературы.
2. Заучите определения основных понятий.
3. Разберите особенности реагирования людей на психотравмирующие обстоятельства.

Многофакторная оценка таких ситуаций позволяет выделить шесть периодов развития состояния и поведения пострадавших в очагах ЧС, при которых наблюдаются различные психогенные нарушения.

Первый период продолжается от начала экстремального воздействия до организации спасательных работ. Мощное экстремальное воздействие затрагивает в этот период в основном инстинкты самосохранения и приводит к развитию психогенных реакций, основу которых составляет страх различной интенсивности. В ряде случаев возможно развитие *паники*.

Во втором периоде («жизнь в экстремальных условиях»), протекающем при развертывании спасательных работ, в формировании состояний дезадаптации и психических расстройств большую роль играют особенности личности пострадавших. Немаловажное значение имеет также осознание пострадавшими продолжающейся в ряде случаев жизнеопасной ситуации в сочетании с новыми стрессовыми воздействиями, такими как утрата родных, разобщение семей, потеря дома, имущества. Важным элементом пролонгированного стресса в этот период является ожидание повторных воздействий, несовпадение ожиданий с результатами спасательных работ, необходимость идентификации погибших родственников. В начале данного периода наблюдается *психоэмоциональное напряжение, которое обычно в последующем сменяется повышенной утомляемостью и астено-депрессивными проявлениями*.

В третьем периоде («калькуляция утрат»), который начинается для пострадавших после их эвакуации в безопасные районы, у многих происходит сложная эмоциональная и когнитивная переработка ситуации, оценка собственных переживаний и ощущений, оценка понесенных утрат. В этом периоде актуальность приобретают психотравмирующие факторы, связанные с изменением жизненного стереотипа (проживание в разрушенном районе или в месте эвакуации, необходимость тесного общения с незнакомыми людьми и др.).

Особенности развития и завершения психогенных расстройств при чрезвычайных ситуациях зависят от **трех групп общих факторов**:

! особенность ситуации (масштаб, интенсивность, периодичность, сила и т.д.),

! индивидуальное реагирование на происходящее (психологические особенности пострадавших),

! социальные и организационные мероприятия (в т.ч. особенности организации спасательных работ).

Острая реакция на стресс (по МКБ-10) – это быстро проходящее расстройство значительной степени тяжести, которое развивается у лиц без видимого психического расстройства в ответ на психологический или физический стресс, исключительный по своей интенсивности.

Обязательными признаками данного расстройства можно обозначить следующие:

1) состояние оглушенности, сужение поля сознания, снижение внимания, неспособность адекватно реагировать на внешние стимулы, дезориентировка;

2) наблюдаются два типа реакций: гипоактивные (с понижением активности, вплоть до ступора) или гиперактивные (с повышением активности, вплоть до возникновения психомоторного возбуждения). Иногда эти реакции проявляются по отдельности, иногда сменяют друг друга;

3) присутствует выраженное чувство страха (потери контроля, смерти), раздражительность, ощущение безнадежности или неконтролируемое и чрезмерное переживание горя;

4) яркие вегетативные проявления (потливость, измененное сердцебиение, ощущение онемения или покалывания, озноб, чувство тяжести в груди, тошнота и т.д.), мышечное напряжение;

5) может возникнуть ощущение нереальности происходящего, а также присутствовать частичная или полная амнезия стрессогенного эпизода.

4. Рассмотреть острые стрессовые реакции и особенности психологической поддержки при них, обращая внимание на классификацию (Табл. 1).

Таблица 1.

Виды острых стрессовых реакций, сопоставленные по выраженности гипер- и гипоактивного компонентов

Выраженность гиперактивного компонента	Выраженность гипоактивного компонента
истероидная реакция	апатия
агрессивная реакция	ступор
психомоторное возбуждение	
нервная дрожь	

плач	
страх	

Выделим основные принципы использования вербальных средств общения с пострадавшими.

1. После установления речевого контакта с пострадавшим, ему необходимо сразу же, сообщить своё имя, должность и цель взаимодействия с пострадавшим, тем самым мотивируя его к диалогу;
2. Обращаться следует только на «Вы» либо имени;
3. Речь спасателя должен быть ясной, четкой, излагаться доступным темпом (усиление темпа языка мало экономит время, но зато вредит разборчивости и пониманию сказанного);
4. Следует контролировать употребление в речи слов «паразитов», которые перегружают речевую фразу, не несут смысловой нагрузки («так сказать», «знаешь», «понимаешь», «вот» и так далее).
5. Следует иметь в виду, что у человека, находящимся в стрессовом состоянии значительно сужено восприятие и в этом случае, в речи необходимо употреблять конкретные понятия, нежели абстрактные, не употреблять частичку «НЕ»;
6. Употреблять короткие предложения;
7. Делать паузы между предложениями, для того, чтобы дать пострадавшему воспринять и отреагировать на информацию;
8. Нужно внимательно не перебивая выслушать все жалобы пострадавшего;
9. Важно детально разъяснить все предпринимаемые вами действия и аргументировать их конечную цель;
10. Ни в коем случае, нельзя отвечать на оскорбление или агрессию со стороны пострадавшего. Следует помнить, что слова и действия пострадавшего в действительности направлены на сложившуюся ситуацию, а не на конкретного специалиста.
11. Люди, мешающие вести диалог должны быть отведены от пострадавшего, для этого им необходимо дать мини-указания: оградить место ЧС, принести аптечку из автомобиля, оказать посильную помощь другим пострадавшим, отвести в безопасное место женщин и детей и т.п.;
12. Диалог (по возможности) с пострадавшим должен продолжаться непрерывно до момента приезда скорой помощи;
13. По возможности нужно оказать фактическую помощь (позвонить родственникам пострадавшего, тщательно расспросить о его текущем физическом самочувствии и т.п.), так как проявление одного самочувствия для построения диалога мало;
14. Не давать обещаний пострадавшим, если вы их не в состоянии выполнить;
15. Запрет на фразу «Все будет хорошо!», которая у пострадавших может вызвать эффект обратный ожидаемому и подорвать их доверие;
16. По возможности говорить правду (ориентируясь на состояние пострадавших), которая должна быть актуальной, дозированной и уместной;
17. Рекомендуются строить ее в побудительном наклонении и с элементами внушения: «Я с тобой, помощь пришла!», «Слушай меня!», «Встань...», «Выпей воды...».

Необходимо внимательно слушать пострадавшего, не перебивая. Нужно стараться быть терпеливыми, выполняя свои обязанности. Говорить желательно спокойным тоном, даже если пострадавший теряет способность целесообразно действовать, не проявлять нервозности избегать упреков. Можно обратиться к пострадавшему с вопросом: «Могу ли я что-либо для вас сделать?»

Вопросы для самостоятельной работы

1. Основные принципы организации психологической помощи. (УК-11, ОПК-2)
2. Стратегия психологической помощи. (ОПК-2)
3. Эмоциональная устойчивость в экстремальных условиях. Готовность к риску и дисциплинированность. (УК-5, ОПК-2)
4. Статистические и динамические характеристики психических процессов. (УК-9)
5. Зрительное и слуховое восприятие, пространственное представление, пространственная ориентировка в экстремальных условиях функционирования. (УК-9)
6. Внимание, память и мышление в экстремальных условиях функционирования. (УК-9)
7. Факторы, оказывающие травмирующее воздействие на психику человека. (ОПК-2)
8. Индивидуальные различия в характере реакций на чрезвычайную ситуацию. (УК-5, ОПК-2)
9. Приёмы противодействия слухам. (ОПК-2)

Литература

8. Алтунина И.Р. Социальная психология: учебник для студентов вузов / И.Р. Алтунина; под ред. Р.С. Немов. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 427 с.
9. Мигунова Ю.С., Королева С.В. Экстремальная психология: учебное пособие для обучающихся очной и заочной форм обучения по специальности 20.05.01 – «Пожарная безопасность», по направлению подготовки 20.03.01 – «Техносферная безопасность». – Иваново: Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2017. – 146 с.
10. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях./ А.Г. Караяни, В.Л. Цветков. – Москва: Издательство – Закон и право, Юнити, 2015. - 247 с.
11. Психология служебной деятельности: учебник для студентов вузов / [В.Л. Цветков и др.]. – М. ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2016. – 367 с.
12. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных./Под ред. Ю.С.Шойгу. М., 2014.- 320с.
13. Психология и этика делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата./ Под ред. В.Н. Лавриненко, Л.И. Чернышовой. – Москва: Издательство Юрайт, 2015. – 408с.
14. Экстремальная психология: Учебное пособие / Под ред. Ю.С. Шойгу. – М.: ФГБУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2017. - 288 с.

Дополнительная:

8. Психологические аспекты принятия управленческих решений в экстремальных ситуациях: Учебное пособие по специальности 20.05.01 - «Пожарная безопасность» / Мигунова Ю.С., Королёва С.В. – Иваново: ООНИ ИПСА ГПС МЧС России, 2017. – 130 с.

9. Психология в деятельности сотрудников органов внутренних дел: Учебное пособие [В.Л. Цветков и др.]; под ред. И.А. Калиниченко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2017. – 207 с.

Нормативная:

10. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 31 июля 2020 г.)

11. Приказ МЧС России от 20.03.2011г. № 525. «Порядок оказания экстренной психологической помощи пострадавшему населению в зонах чрезвычайных ситуаций и при пожаре».

Тема 4. Теоретические аспекты принятия управленческого решения

Вся история человечества представляется, по сути, набором различного рода решений и их последствий. Одни решения определяли судьбы целых народов на длительные времена, другие были менее значимые, третьи принимались человеком лично для себя. Во всех случаях было нечто общее в процедурах разработки и реализации решений.

Постепенно разрабатывались приемы, методы, а затем и технологии разработки решений. Особенно в этом преуспели военные, разрабатывая военные игры, в которых основным элементом являлось стратегическое и тактическое решение.

Разделение труда и выделение управленческих функций в отдельную сферу деятельности большого числа людей обусловило и дифференциацию решений — выделились управленческие решения (УР).

Современные условия РУР характеризуются следующими особенностями:

- существенно усилился динамизм окружающей среды, уменьшился период времени, отведенного на РУР;
- выросла сложность обработки информации при РУР;
- возросла цена возможных отрицательных последствий от УР.

Роль управленческого решения в деятельности руководителя в подразделениях МЧС России

Во всех сферах жизни управление играет огромную роль. Любая государственная организация нуждается в рациональном и эффективном управлении.

Принятие решений, так же как и обмен информацией, - составная часть любой управленческой функции. Необходимость принятия решений возникает на всех этапах процесса управления и связана со всеми участками и аспектами управленческой деятельности. Поэтому так важно понять природу и сущность решений.

Любому поступку индивида или действию коллектива предшествует принятое решение. Решения являются универсальной формой поведения как отдельной личности, так и социальных групп. Эта универсальность объясняется сознательным и целенаправленным характером человеческой деятельности. Однако, несмотря на универсальность решений, их принятие в процессе управления государственным органом существенно отличается от решений, принимаемых в частной жизни.

Одним из важнейших звеньев системы работы с кадрами МЧС России является комплектование органов управления компетентными, профессионально и нравственно подготовленными к решению стоящих в современных условиях служебных задач сотрудниками.

Управленческое решение – это результат работы руководителей разного уровня.

Имеется несколько определений термина «руководитель». Важно отметить, что все определения данного термина подразумевают под собой ряд основных характеристик:

1. Руководитель – лицо, осуществляющее общее руководство группой работников, обеспечивает выполнение работ высокого качества в установленные сроки, планирует и координирует работу персонала и контролирует выполнение установленных заданий каждым исполнителем.

2. Руководитель – это человек с повышенной скоростью моделирования в своем мозгу социальных процессов. Дело в том, что руководитель должен построить модель функционирования и развития руководимого им коллектива в развивающейся среде, и наметить пути оптимизации этого функционирования и развития.

Одно из самых распространенных и приемлемых понятий.

3. Руководитель – лицо, несущее ответственность за управление или руководство работниками, отделом или организацией.

Деятельность руководителей ГПС сопряжена с основными задачами МЧС России.

Основными задачами МЧС являются:

- разработка предложений по государственной политике в области гражданской обороны, предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, в том числе преодоления последствий радиационных аварий и катастроф, проведение подводных работ особого назначения, обеспечение выживания населения в условиях военного времени;

- руководство гражданской обороной Российской Федерации, войсками гражданской обороны РФ, поисково-спасательной службой МЧС;

- обеспечение функционирования и дальнейшего развития Российской системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС);

- организация и осуществление государственного надзора за готовностью к действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций и выполнением мероприятий по их предупреждению;

- руководство по поручению Правительства Российской Федерации работами по ликвидации крупных аварий, катастроф и других чрезвычайных ситуаций;
- проведение подводных работ особого назначения, создание и обеспечение готовности сил и средств, необходимых для ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- координация деятельности федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органов местного самоуправления, предприятий, учреждений и организаций по преодолению последствий радиационных аварий и катастроф, контроль за осуществлением мероприятий в этой области;
- организация разработки и реализации федеральных целевых и научно-технических программ, направленных на предотвращение и ликвидацию чрезвычайных ситуаций, в том числе преодоление последствий радиационных аварий и катастроф, защиту населения, территории страны, а также на повышение устойчивости функционирования объектов народного хозяйства при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- координация работ по созданию и использованию системы чрезвычайных резервных фондов, включая государственные резервы, для проведения первоочередных работ по ликвидации чрезвычайных ситуаций, контроль за целевым расходованием средств, выделяемых Правительством РФ на проведение мероприятий по ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- организация обучения населения, подготовки должностных лиц органов управления и формирований гражданской обороны, подразделений РСЧС к действиям в чрезвычайных ситуациях;
- организация международного сотрудничества по вопросам, входящим в компетенцию министерства (п. 4 Положения «О Министерстве Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий», утвержденного постановлением Правительства РФ от 06. 05. 94 г. № 457).

Идеальное управление – это когда правильные люди с правильными навыками, умениями делают правильные вещи в правильном месте в правильное время.

Управление – это процесс достижения цели усилиями других людей. Таким образом, в процессе управления составляющие деятельности по достижению цели разделяются между ее участниками: цели ставит один человек, а действия и операции, направленные на их достижение, производятся другими людьми.

В связи с этим возникает **основная проблема управления:** каким образом побудить людей к совершению действий для достижения данной цели, которая может быть им совершенно чуждой?

Описывая предмет психологии управления, следует помнить о ее особенностях: управление может считаться не только наукой, но и искусством. Психология управления, появившаяся на стыке двух фундаментальных наук, с одной стороны изучает **психологию человека**, с другой – **направлена на улучшение качества работы**, то есть преследует вполне утилитарные цели.

Предмет психологии управления — это целый комплекс психологических отношений, существующих в организации между руководителем и подчиненным или коллективом в целом. К предмету науки относят и механизмы межличностного взаимодействия, и проблемы и конфликты, возникающие в процессе трудовой деятельности, и существующие в компании социальные и профессиональные отношения.

Объектом психологии управления выступает комплексная система деятельности должностных лиц и подразделений организации, ориентированная на общую полезную цель организации. Поставленные цели в данном случае рассматриваются в контексте управленческих отношений согласования и подчинения.

Необходимо помнить, что объект — это, в первую очередь, деятельность руководителя, результатом которой является формирование материальных и социальных факторов в коллективе.

Объект психологии управления может быть условно разделен на несколько групп, к которым относятся:

- личность руководителя и процесс ее развития в результате осуществления им управленческой деятельности, а именно психология субъекта управления
- деятельность управляющего лица компании и схема ее реализации с точки зрения достижения эффективности и результативности
- процессы в трудовом и социальном коллективе

Управленческое решение представляет собой основной вид деятельности руководителя. Оно творит направление, форму и содержание труда коллектива подчиненных. Самые незначительные пробелы в управленческих решениях могут обернуться потерями как для работников трудового коллектива, так, в конечном счете, и для общества

Деятельность любого руководителя связана с выполнением управленческих функций, в том числе по планированию, организации, координации и контролю каких-либо процессов.

Решение — это результат мыслительной деятельности человека, приводящий к какому-либо выводу или к необходимым действиям, например, полное бездействие, разработка какого-либо действия или выбор действия из набора альтернатив и его реализация.

Качество управленческих решений — это степень соответствия управленческих решений внутренним требованиям организации.

Функция планирования состоит в том, чтобы обеспечить ясность ожиданий от конкретных людей и, тем самым, создать предпосылки для успешности совместных усилий людей и облегчить достижение целей и задач предприятия.

Планирование является функцией всех руководителей, полноценная ее реализация — один из главных факторов, обеспечивающих эффективность руководителей даже в низшем звене управления.

Планирование и фактор неопределенности

Сложности и внешние ограничения деятельности планирования не исчерпываются регламентацией организационными факторами. Не меньшая проблема — стихия неопределенности.

Возможные факторы неопределенности планирования:

- нехватка ресурсов (материальных, человеческих, временных.),
- материалов, неукомплектованности оборудования
- отсутствии необходимой документации,
- необходимость включения в выполнение внеплановых работ,
- неожиданно развернувшиеся вертикальные или горизонтальные конфликты,
- нарушение членами коллектива трудовой дисциплины,
- аварийные ситуации
- неукомплектованность штата
- неподготовленность специалиста к работе в экстремальных условиях и т.д.

Сущность функции организации состоит в создании и поддержании в организации системы ролей, которая в свою очередь обусловлена разделением труда и необходимостью кооперации усилий. Посредством организационной деятельности устраняются неразбериха, конфликты между людьми по поводу работы или полномочий «и создается внешняя среда, пригодная для их совместной деятельности.

Организационный процесс имеет следующие этапы:

1. Установление целей предприятия.
2. Формулирование планов и направлений работ.
3. Выявление и классификация видов деятельности, необходимых для их осуществления.
4. Группировка этих видов деятельности, исходя из максимального использования имеющихся материальных и людских ресурсов.
5. Наделение руководителей каждой группы полномочиями, необходимыми для ее продуктивной работы.
6. Горизонтальная и вертикальная увязка этих групп через должностные связи и систему информационного обеспечения.

А.Файоль дал следующее определение контроля: “в организации контроль заключается в том, чтобы проверять, все ли выполняется в соответствии с учрежденными планами, разработанными инструкциями и установленными принципами. Его цель - выявить слабые места и ошибки, своевременно исправить их и не допускать повторения. Контролируется все: предметы, люди, действия”. Если попытаться сформулировать это более кратко, то можно сказать, что **контроль** — это процесс, состоящий из установки стандартов, измерения фактически достигнутых результатов и проведения корректировок в том случае, если достигнутые результаты существенно отличаются от установленных стандартов.

Последняя из основных управленческих функций — это функция регулирования. **Посредством этой функции достигается поддержание управляемых процессов в рамках, заданных программой, регламентом, планом.** Регулирование осуществляется через руководство и координацию. В системе основных функций, разработанной А.Файолем, руководство и координация выступают как самостоятельные функции. Вместе с тем, сведение их к одной функции вполне правомерно, так как цели руководства и координации — обеспечение выполнения плана — практически совпадают.

К числу принципов, реализация которых обеспечивает “лучший путь” регулирования относятся следующие:

1. Минимизация воздействия.
2. Комплексность воздействия.
3. Системность воздействия.
4. Внутренняя непротиворечивость воздействия.

В рамках изучения данной темы также необходимо самостоятельно рассмотреть методы разработки управленческих решений.

Вопросы для самостоятельной работы

1. Эволюция механизма управления. (ПК-8)
2. Способы достижения успеха по Маклафлину. (ПК-8)
3. Иерархия целей управления. (ПК-8)
4. Модель принятия решения Карнеги. (ПК-8)
5. Модель "мусорной корзины" при принятия решения. (ПК-8)
6. Модель инкрементального процесса принятия решений. (ПК-8)

Литература

а) основная литература

1. Алтунина И.Р. Социальная психология: учебник для студентов вузов / И.Р. Алтунина; под ред. Р.С. Немов. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 427 с.
2. Мигунова Ю.С., Королева С.В. Экстремальная психология: учебное пособие для обучающихся очной и заочной форм обучения по специальности 20.05.01 – «Пожарная безопасность», по направлению подготовки 20.03.01 – «Техносферная безопасность». – Иваново: Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2018. – 147 с.
3. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях./ А.Г. Караяни, В.Л. Цветков. – Москва: Издательство – Закон и право, Юнити, 2015. - 247 с.
4. Психология служебной деятельности: учебник для студентов вузов / [В.Л. Цветков и др.]. – М. ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2016. – 367 с.
5. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных./Под ред. Ю.С.Шойгу. М., 2014.- 320с.
6. Психология и этика делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата./ Под ред. В.Н. Лавриненко, Л.И. Чернышовой. – Москва: Издательство Юрайт, 2015. – 408с.
7. Экстремальная психология: Учебное пособие / Под ред. Ю.С. Шойгу. – М.: ФГБУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2017. - 288 с.

б) дополнительная литература:

8. Психологические аспекты принятия управленческих решений в экстремальных ситуациях: Учебное пособие по специальности 20.05.01 - «Пожарная безопасность» / Мигунова Ю.С., Королёва С.В. – Иваново: ООНИ ИПСА ГПС МЧС России, 2017. – 130 с.

9. Психология в деятельности сотрудников органов внутренних дел: Учебное пособие [В.Л. Цветков и др.]; под ред. И.А. Калиниченко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2017. – 207 с.

в) нормативная литература:

10. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 31 июля 2020 г.)

11. Приказ МЧС России от 20.03.2011г. № 525. «Порядок оказания экстренной психологической помощи пострадавшему населению в зонах чрезвычайных ситуаций и при пожаре».

г) Электронные ресурсы:

12. www.vniipo.ru.

13. www.gost.ru.

14. www.mchs.gov.ru

15. Образовательный сервер Ивановской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России. – Режим доступа: <http://192.168.32.106/eduserver/>

16. Электронная библиотека академии <http://Bibliomchs37.ru>.

17. Единая ведомственная электронная библиотека МЧС России сеть Интранет по адресу: 10.46.0.45.

Тема 5. Психологические аспекты принятия управленческих решений в экстремальных ситуациях.

Тема подразумевает изучение следующих вопросов.

Понятие экстремальной ситуации. Типы управленческих решений, характерных для экстремальных условий. Критерии качества управленческих решений, принимаемых в экстремальных условиях.

Психологическая составляющая процесса принятия управленческого решения в экстремальной ситуации. Социально-психологическая согласованность при принятии управленческого решения в экстремальной ситуации.

Принятие управленческого решения в условиях риска и неопределенности в экстремальной ситуации. Особенности рисков, характерных для экстремальной ситуации. Процесс выработки рискованного решения в экстремальной ситуации.

Реализация рискованного управленческого решения в экстремальной ситуации. Проблема организации исполнения принятого рискованного решения в экстремальных условиях. Управление рисками в экстремальных условиях. Социально-психологическая согласованность при реализации рискованного управленческого решения в экстремальных условиях. Стимулирование и мотивирование сотрудников к реализации рискованного решения в экстремальных условиях. Контроль реализации рискованных управленческих решений в экстремальной ситуации. Последствия реализации рискованных решений в экстремальной ситуации.

Эффективность управленческого решения, принимаемого в экстремальной ситуации. Составляющие эффективности управленческого решения, принимаемого в

экстремальных условиях. Критерии оценки эффективности управленческого решения, принимаемого в экстремальных условиях.

Уровни субъекта управления в экстремальной ситуации. Личность руководителя, принимающего управленческое решение в экстремальной ситуации. Психологическая готовность руководителя к принятию управленческих решений в экстремальных условиях. Составляющие управленческой компетенции руководителя, принимающего управленческое решение в экстремальных условиях.

Стили управления в экстремальных ситуациях. Зависимость принятия управленческого решения от стиля управления, характерного для экстремальных условий.

Коллектив как субъект, принимающий управленческое решение в экстремальных условиях. Факторы, влияющие на принятие коллективного управленческого решения в экстремальных условиях.

Эффективность принятия индивидуального и коллективного управленческого решения в экстремальных условиях.

Особенности влияния внешних экстремальных условий на принятие управленческого решения. Принятие управленческих решений при высоком риске возникновения стихийных массовых явлений. Влияние экстремальной ситуации на внутреннюю среду подразделения.

Теоретические представления, рассмотренные ранее, являются базовыми в реализации деятельности по руководству коллективом и справедливы для любых коллективов. Однако профессиональная деятельность структурных подразделений МЧС России, протекающая в экстремальных условиях, обладает своими специфическими особенностями, которые оказывают влияние и на руководящий состав подразделений, и на их деятельность, которая может существенным образом трансформироваться.

Анализ литературных источников показывает, что многие авторы под **экстремальными условиями** понимают такие условия, при которых деятельность человека протекает под воздействием различного рода стрессфакторов, вызывающих выраженные физиологические реакции, изменения в устойчивости психических функций и в поведении. (Александровский, 1996; Апчел, Цыган, 1999, Марищук, 1982).

Экстремальные условия могут оказывать существенное влияние на деятельности структурных подразделений. При этом влияние может быть оказано как на коллектив в целом, так и на специалистов в отдельности. Однако и во втором случае влияние экстремальных условий находит свое отражение в общегрупповой деятельности посредством изменений в индивидуальной деятельности специалистов. Кроме того, особенности внутригрупповых процессов в коллективе, функционирующем в таких условиях, оказывают влияние на всех членов данного коллектива (Смирнов, 2007).

Вопросы для самостоятельной работы

1. Особенности оперативного управления МЧС России при чрезвычайных ситуациях. Организационные структуры органов ГПС МЧС России. (ОПК-2)
2. Критерии оценки эффективности управленческого решения,

принимаемого в экстремальных условиях (ОПК-2)

3. Принятие управленческих решений при высоком риске возникновения стихийных массовых явлений. (ОПК-2)

4. Психологическая готовность руководителя к принятию управленческих решений в экстремальных условиях. (ПК-8)

5. Управленческие компетенции руководителя служебного коллектива (ПК-8)

Литература

а) основная литература

1. Алтунина И.Р. Социальная психология: учебник для студентов вузов / И.Р. Алтунина; под ред. Р.С. Немов. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 427 с.

2. Мигунова Ю.С., Королева С.В. Экстремальная психология: учебное пособие для обучающихся очной и заочной форм обучения по специальности 20.05.01 – «Пожарная безопасность», по направлению подготовки 20.03.01 – «Техносферная безопасность». – Иваново: Ивановская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2018. – 147 с.

3. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях./ А.Г. Караяни, В.Л. Цветков. – Москва: Издательство – Закон и право, Юнити, 2015. - 247 с.

4. Психология служебной деятельности: учебник для студентов вузов / [В.Л. Цветков и др.]. – М. ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2016. – 367 с.

5. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных./Под ред. Ю.С.Шойгу. М., 2014.- 320с.

6. Психология и этика делового общения: учебник и практикум для академического бакалавриата./ Под ред. В.Н. Лавриненко, Л.И. Чернышовой. – Москва: Издательство Юрайт, 2015. – 408с.

7. Экстремальная психология: Учебное пособие / Под ред. Ю.С. Шойгу. – М.: ФГБУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2017. - 288 с.

б) дополнительная литература:

8. Психологические аспекты принятия управленческих решений в экстремальных ситуациях: Учебное пособие по специальности 20.05.01 - «Пожарная безопасность» / Мигунова Ю.С., Королёва С.В. – Иваново: ООНИ ИПСА ГПС МЧС России, 2017. – 130 с.

9. Психология в деятельности сотрудников органов внутренних дел: Учебное пособие [В.Л. Цветков и др.]; под ред. И.А. Калининеснко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2017. – 207 с.

в) нормативная литература:

10. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 31 июля 2020 г.)

11. Приказ МЧС России от 20.03.2011г. № 525. «Порядок оказания экстренной психологической помощи пострадавшему населению в зонах чрезвычайных ситуаций и при пожаре».

г) Электронные ресурсы:

18. www.vniipo.ru.

19. www.gost.ru.

20. www.mchs.gov.ru

21. Образовательный сервер Ивановской пожарно-спасательной академии ГПС МЧС России. – Режим доступа: <http://192.168.32.106/eduserver/>
22. Электронная библиотека академии <http://Bibliomchs37.ru>.
23. Единая ведомственная электронная библиотека МЧС России сеть Интранет по адресу: 10.46.0.45.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Психолог советует: не бойтесь приближения экзамена. Рассматривайте экзамен как возможность показать обширность своих знаний и получить вознаграждение за проделанную работу. Отведите себе время с запасом, особенно для дел, которые надо выполнить перед экзаменом, и приходите на экзамен незадолго до его начала. Не старайтесь повторить весь материал в последнюю минуту.

Универсальных методов для подготовки к экзамену/зачету не существует, поэтому важно выбрать наиболее приемлемый для Вас. Приведенные ниже правила можно рассматривать в качестве общего руководства.

1. Предусмотрите как можно больше времени для подготовки. Если Вы оставляете основную работу на последний момент, это снижает Ваши шансы на успех. Развивается состояние стресса, снижается способность к концентрации.
2. Составьте расписание занятий. Спланировать подготовку к экзаменам нужно за несколько недель до их начала (лучше всего - в начале семестра). Твердо следуйте намеченному плану.
3. Отдыхайте. Усердная подготовка – очень тяжелая работа. Важно время от времени давать себе возможность расслабиться. Предусмотрите в своем расписании время на отдых.
4. Делайте перерывы. После часа занятий сделайте 15 -20-минутный перерыв и с новыми силами возвращайтесь к продуктивной работе.
5. Контролируйте степень готовности. Используйте список вопросов к экзамену, чтобы отслеживать степень усвоения материала. Отмечайте уже проработанные вопросы. Сконцентрируйте свое внимание на тех вопросах, которые Вы знаете хуже.
6. Делайте краткие записи. Часто подготовка оказывается не очень эффективной, если Вы просто читаете материал. Делайте краткие записи, отмечая ключевые мысли. Старайтесь не просто запомнить факты, а понять стоящие за ними идеи.
7. Тренируйтесь отвечать на вопросы. Проработав каждую тему, попробуйте ответить на проверочные вопросы. Некоторые из них приведены в разделе «Контрольные вопросы» после каждой темы. Вначале Вам, возможно, потребуется заглядывать в книгу или конспект, но к концу подготовки Вы сможете отвечать на вопросы самостоятельно, как на экзамене. Старайтесь проговаривать ответы на вопросы вслух, это способствует более глубокому усвоению материала и является хорошей тренировкой перед экзаменом.

Критерии оценки устного ответа

1. Соответствие ответа поставленному вопросу.
2. Полнота ответа, глубина знаний.
3. Владение терминологией, отчетливость и точность формулировки понятий.
4. Логичность изложения материала.
5. Аргументированность ответа (присутствие и доказательность примеров).

6. Использование знаний из других учебных дисциплин и дополнительного материала.
7. Культура речи.
8. Правильность решения и оформления задачи.

Оценка за устный ответ на экзамене выставляется в следующем порядке:

«Отлично» - если курсант, студент или слушатель глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, тесно увязывает с задачами и деятельностью МЧС, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с задачами и практическими заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать материал, не допускает ошибок;

«Хорошо» - если курсант, студент или слушатель твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий;

«Удовлетворительно» - если курсант, студент или слушатель усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, не совсем правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий;

«Неудовлетворительно» - если курсант, студент или слушатель не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, с большим затруднением выполняет практические задания, задачи.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»

Копинг-стратегия /копинг-поведение / совладающее поведение – это осознанная стратегия действий, направленная на лучшую адаптацию человека к требованиям ситуации и помогающая преобразовать ее в соответствие со своими намерениями, либо выдержать, вытерпеть те обстоятельства, изменить которые человек не может

Острая реакция на стресс (по МКБ-10) – это быстро проходящее расстройство значительной степени тяжести, которое развивается у лиц без видимого психического расстройства в ответ на психологический или физический стресс, исключительный по своей интенсивности.

Паника — это состояние, характеризующееся внезапным страхом, подавляющим рациональное восприятие действительности и проявляющееся в импульсивных действиях.

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – это специфическая, отсроченная во времени, форма нарушения психики, вызванная однократным или повторяющимся воздействием стрессового фактора, несоответствующего жизненному опыту личности, или субъективно воспринимаемого им как непреодолимая ситуация, и вызывающий, как правило, сильные эмоции.

Психика - системное свойство мозга, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом не отчуждаемой от него картины этого мира и саморегуляции на этой основе своего поведения и деятельности.

Психологическая защита - это специальная система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний.

Психологическая поддержка – это целостная система краткосрочных мероприятий, направленная на оказание помощи одному человеку, группе людей или большому числу пострадавших после чрезвычайного события.

Психологическая устойчивость – это характеристика личности, состоящая в сохранении оптимального функционирования психики.

Сознание человека – это высшая форма психики, главный этап ее развития и продукт общественно-исторического развития.

Стресс - это неспецифическая реакция организма на физическое или психологическое воздействие, нарушающее его гомеостаз.

Стрессор — фактор, вызывающий состояние стресса.

Толпа – это скопление людей, лишенных ясно осознаваемой общности целей, с отсутствием строгой организованности, но взаимно связанных схожим эмоциональным состоянием и общим объектом внимания.

Экстремальная ситуация - (от лат. *extremus* — крайний, критический) — внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно определяющаяся человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию.