

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Петербургский государственный университет путей сообщения
Императора Александра I»
(ФГБОУ ВО ПГУПС)

Кафедра «*Прикладная психология*»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины

**Б1.В.1 «ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ»**

для направления подготовки

37.04.01 «Психология»

по магистерской программе
«Организационная психология»

Форма обучения – очная

Санкт-Петербург
2026

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЙ

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «*Прикладная психология*»

Протокол № 5 от 13 января 2026 г.

Заведующий кафедрой
«*Прикладная психология*»
13 января 2026 г.

_____ *Е.Ф. Яценко*

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП ВО
13 января 2026 г.

А.В. Прялухина

1. Цели и задачи дисциплины

Рабочая программа дисциплины «Психология безопасности и деятельности в экстремальных условиях» (Б1.В.1) (далее – дисциплина) составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта подготовки высшего образования (ФГОС ВО) по направлению 37.04.01 «Психология» (уровень магистратуры), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «29» июля 2020 г. № 841 с учетом Профессионального стандарта 03.008 – «Психолог в социальной сфере», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2023 г. N 716н.».

Целью изучения дисциплины является углубление знаний основ психологической безопасности и деятельности в экстремальных условиях, представлений об источниках психологических угроз, способов противодействия психологическим влияниям и развития психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах.

Для достижения цели дисциплины решаются следующие задачи:

- углубление знаний основных теоретических и прикладных направлений отечественных и зарубежных исследований в области психологии безопасности и деятельности в экстремальных условиях;
- углубление знаний основ психологической безопасности жизнедеятельности человека и окружающей среды;
- углубление знаний психологии кризисных состояний; психологии экстремальных ситуаций, психологических основ рискологии, психологии горя, потери, утраты;
- углубление знаний проблемы социализации, социальной адаптации и дезадаптации, характеристик социальной среды;
- умение оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности;
- умение разрабатывать методы психологической оценки в целях мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания;
- умение организовывать работу группы специалистов по оказанию психологической помощи лицам по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания с целью снижения социальной и психологической напряженности;
- умение разрабатывать аналитические материалы по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания;
- владение технологиями разработки, утверждения программ, плана-графика, целей и задач организации и проведения мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания отдельных лиц (социально-психологического патронажа) на основе индивидуальной программы сопровождения, определения необходимого методического инструментария и анализа полученных данных;
- углубление знаний технологии психологической работы с десоциализированными группами подростков и молодежи;
- умение использования разных форм и методов психологического просвещения психологической безопасности, в том числе активные методы (игры, упражнения, тренинги).

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю) является формирование у обучающихся компетенций и/или части компетенций. Сформированность

компетенций и/или части компетенций оценивается с помощью индикаторов достижения компетенций.

Индикаторы достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
ПК-2. Организация мониторинга психологической безопасности и комфортности среды жизнедеятельности отдельных лиц и социальных групп	
ПК-2.1.1. Знает основы психологической безопасности жизнедеятельности человека и окружающей среды.	Обучающийся <i>знает</i> : – основы психологической безопасности жизнедеятельности человека и окружающей среды.
ПК-2.1.3. Знает психологию кризисных состояний; психологию экстремальных ситуаций, психологические основы рискологии, психологию горя, потери, утраты.	Обучающийся <i>знает</i> : – психологию кризисных состояний; психологию экстремальных ситуаций, психологические основы рискологии, психологию горя, потери, утраты.
ПК-2.1.5. Знает проблемы социализации, социальной адаптации и дезадаптации, характеристики социальной среды.	Обучающийся <i>знает</i> : – проблемы социализации, социальной адаптации и дезадаптации, характеристики социальной среды.
ПК-2.2.1. Умеет оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности.	Обучающийся <i>умеет</i> : – оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности.
ПК-2.2.2. Умеет разрабатывать методы психологической оценки в целях мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания и организовывать работу группы специалистов по оказанию психологической помощи лицам по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания с целью снижения социальной и психологической напряженности.	Обучающийся <i>умеет</i> : – разрабатывать методы психологической оценки в целях мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания; – организовывать работу группы специалистов по оказанию психологической помощи лицам по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания с целью снижения социальной и психологической напряженности.
ПК-2.2.3. Умеет разрабатывать аналитические материалы по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания.	Обучающийся <i>умеет</i> : – разрабатывать аналитические материалы по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания.
ПК-2.3.1. Владеет технологиями разработки, утверждения программ, плана-графика, целей и задач организации и проведения мониторинга психологической	Обучающийся <i>владеет</i> : – технологиями разработки, утверждения программ, плана-графика, целей и задач организации и проведения мониторинга

Индикаторы достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
безопасности и комфортности среды проживания отдельных лиц (социально-психологического патронажа) на основе индивидуальной программы сопровождения, определения необходимого методического инструментария и анализа полученных данных.	психологической безопасности и комфортности среды проживания отдельных лиц (социально-психологического патронажа) на основе индивидуальной программы сопровождения, определения необходимого методического инструментария и анализа полученных данных.
ПК-2.3.3. Владеет технологиями разработки психологических рекомендаций по минимизации социальных рисков, проведения оценки эффективности работы специалистов социальной сферы по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания.	Обучающийся <i>владеет</i> : – технологиями разработки психологических рекомендаций по минимизации социальных рисков, проведения оценки эффективности работы специалистов социальной сферы по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания.
ПК-3. Организация работы по созданию системы психологического просвещения населения	
ПК-3.1.5. Знает технологии психологической работы с десоциализированными группами подростков и молодежи.	Обучающийся <i>знает</i> : – технологии психологической работы с десоциализированными группами подростков и молодежи.
ПК-3.2.5. Умеет использовать разные формы и методы психологического просвещения, в том числе активные методы (игры, упражнения, тренинги).	Обучающийся <i>умеет</i> : – использовать разные формы и методы психологического просвещения психологической безопасности, в том числе активные методы (игры, упражнения, тренинги).

3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Психология безопасности и деятельности в экстремальных условиях» (Б1.В.1) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины (модули)».

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Контактная работа (по видам учебных занятий) В том числе:	64
– лекции (Л)	32
– практические занятия (ПЗ)	32
– лабораторные работы (ЛР)	-
Самостоятельная работа (СРС) (всего)	40

Вид учебной работы	Всего часов
Контроль	4
Форма контроля (промежуточной аттестации)	3
Общая трудоемкость: час / з.е.	108/3

Примечание: «Форма контроля» – зачет (3).

5. Структура и содержание дисциплины

5.1. Разделы дисциплины и содержание рассматриваемых вопросов

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела	Индикаторы достижения компетенций
1.	Психология безопасности как наука.	Лекция 1. Введение в психологию безопасности. Психология безопасности как связующее звено между различными дисциплинами. Психология кризисных состояний, психология экстремальных ситуаций, рискология, психология горя, потери, утраты. (4 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.
		Практическое занятие 1 Основные теоретические и прикладные направления исследований в области психологии безопасности (4 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
		Лекция 2. Разработка программ и технологии мониторинга психологической безопасности, комфортности среды проживания населения и организация работы специалистов по оказанию психологической помощи населению по ее результатам. (4 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.
		Практическое занятие 2 Методы определения психологических критериев соответствия среды проживания населения потребностям и возможностям людей и разработки программ мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения. (4 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
		Самостоятельная работа Ознакомиться с содержанием соответствующих разделов в учебниках и учебных пособиях п. 8.5. Подготовка к тестированию в текущем контроле. Подготовка к выполнению задания текущего контроля. Подготовка к текущей аттестации. Подготовка к практическим занятиям. Проработка конспекта лекций.	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.1.5, ПК-3.2.5.
2.	Личность как субъект психологическ	Лекция 3. Безопасность личности в экстремальных ситуациях. (4 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.

ой безопасности.	Практическое занятие 3 Методы диагностики стрессовых состояний. Концепция стресса Г.Селье. (2 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Лекция 4. Острые реакции на стресс (2 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.
	Практическое занятие 4 Диагностические критерии ПТСР (2 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Практическое занятие 5 Индивидуальное и групповое консультирование по проблемам снижения напряженности обнаруженной при анализе результатов мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения. (2 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Лекция 5. Особенности психического состояния и поведения человека в экстремальных ситуациях. (2 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.
	Практическое занятие 6 Особенности психического состояния и поведения человека в экстремальных ситуациях. (2 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Практическое занятие 7 Поведение человека в экстремальных ситуациях. (2 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Лекция 6. Особенности общения с пострадавшими в ЧС. Технологии оценки эффективности работы, проведенной по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и учета проведенных работ. (2 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.
	Практическое занятие 8 Приемы общения с пострадавшими в ЧС. (4 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Лекция 7. Понятие «психологический кризис» и суицид как форма кризисного реагирования. (4 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.
	Практическое занятие 9 Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования. Оценка степени суицидального риска (4 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Практическое занятие 10 Профилактическая работа по снижению социальной и психологической напряженности с учетом данных мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения.	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
	Лекция 8. Психология групп в экстремальных условиях деятельности.	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5,

		Межгрупповые конфликты. Социальная психология, психология малых групп, психология семьи, консультирования семьи, кризисов семьи (2 часа).	ПК-3.1.5.
		Практическое занятие 11 (4 часа). Психологические аспекты работы с толпой.	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
		Самостоятельная работа. Ознакомиться с содержанием соответствующих разделов в учебниках и учебных пособиях п. 8.5. Подготовка к тестированию в текущем контроле. Подготовка к выполнению задания текущего контроля. Подготовка к текущей аттестации. Подготовка к практическим занятиям. Проработка конспекта лекций.	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.1.5, ПК-3.2.5.
3.	Психологическая безопасность и деятельность в экстремальных условиях современного обществе.	Лекция 9. Современное общество рисков и психологическая безопасность. Проблемы социализации, социальной адаптации, характеристики социальной среды. (2 часа).	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-3.1.5.
		Практическое занятие 12 Оценка риска и факторов социальной и психологической напряженности. Технологии выделения и оценки психологических рисков, факторов социальной и психологической напряженности (4 часа).	ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.2.5.
		Самостоятельная работа Ознакомиться с содержанием соответствующих разделов в учебниках и учебных пособиях п. 8.5. Подготовка к тестированию в текущем контроле. Подготовка к выполнению задания текущего контроля. Подготовка к текущей аттестации. Подготовка к практическим занятиям. Проработка конспекта лекций.	ПК-2.1.1, ПК-2.1.3, ПК-2.1.5, ПК-2.2.1, ПК-2.2.2, ПК-2.2.3, ПК-2.3.1, ПК-2.3.3. ПК-3.1.5, ПК-3.2.5.

5.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Л	ПЗ	ЛР	СРС	Всего
1	Психология безопасности как наука.	8	8	0	10	26
2	Личность как субъект психологической безопасности.	22	20	0	10	52
3	Психологическая безопасность и деятельность в экстремальных условиях в современном обществе.	2	4	0	20	26
	Итого	32	32		28	104
Контроль						4
Всего (общая трудоемкость, час.)						108

6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Оценочные материалы по дисциплине является неотъемлемой частью рабочей программы и представлены отдельным документом, рассмотренным на заседании кафедры и утвержденным заведующим кафедрой.

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Порядок изучения дисциплины следующий:

1. Освоение разделов дисциплины производится в порядке, приведенном в разделе 5 «Содержание и структура дисциплины». Обучающийся должен освоить все разделы дисциплины, используя методические материалы дисциплины, а также учебно-методическое обеспечение, приведенное в разделе 8 рабочей программы.

2. Для формирования компетенций обучающийся должен представить выполненные задания, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, предусмотренные текущим контролем успеваемости (см. оценочные материалы по дисциплине).

3. По итогам текущего контроля успеваемости по дисциплине, обучающийся должен пройти промежуточную аттестацию (см. оценочные материалы по дисциплине).

8. Описание материально-технического и учебно-методического обеспечения, необходимого для реализации образовательной программы по дисциплине

8.1. Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой магистратуры, укомплектованные специализированной учебной мебелью и оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории: настенным экраном (стационарным или переносным), маркерной доской и (или) меловой доской, мультимедийным проектором (стационарным или переносным). Для обучающихся по данной дисциплине используется автоматизированный комплекс УПДК-МК Профессиональный для железнодорожного транспорта с целью психологической и психофизиологической диагностики.

Все помещения, используемые для проведения учебных занятий и самостоятельной работы, соответствуют действующим санитарным и противопожарным нормам и правилам.

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

8.2. Университет обеспечен необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Перечень лицензионных программ представлен на внутреннем портале ФГБОУ ВО ПГУПС по адресу <http://eaisu.pgups.edu.mps/info/prog/>

8.3. Обучающимся обеспечен доступ (удаленный доступ) к современным профессиональным базам данных:

– Электронно-библиотечная система издательства «Лань». [Электронный ресурс]. – URL: <https://e.lanbook.com/> — Режим доступа: для авториз. пользователей; доступ из личного кабинета на сайте library.pgups.ru по беспроводной технологии;

– Электронно-библиотечная система ibooks.ru («Айбукс»). – URL: <https://ibooks.ru/> — Режим доступа: для авториз. пользователей; доступ из личного кабинета на сайте library.pgups.ru по беспроводной технологии;

– Электронно-библиотечная система Юрайт- URL: <https://urait.ru/>— Режим доступа: для авториз. пользователей; доступ из личного кабинета на сайте library.pgups.ru по беспроводной технологии;

– Электронно-библиотечная система Консультант студента URL: <https://www.studentlibrary.ru/>— Режим доступа: для авториз. пользователей; доступ из личного кабинета на сайте library.pgups.ru по беспроводной технологии.

- 8.4. Обучающимся обеспечен доступ к информационным справочным системам:
– Информационно-правовой портал Гарант.ру в компьютерном классе НТБ.
- 8.5. Перечень печатных изданий, используемых в образовательном процессе:
1. Психология безопасности : учебник для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15702-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560110> (дата обращения: 11.01.2026).
 2. Психологическая безопасность личности : учебник и практикум для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 222 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09996-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565632> (дата обращения: 11.01.2026).
 3. Караяни, А. Г. Психология боевого стресса и стресс-менеджмента : учебник для вузов / А. Г. Караяни. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 145 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12929-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566962> (дата обращения: 11.01.2026).
 4. Авдиенко, Г. Ю. Психологическая коррекция и реабилитация участников боевых действий : учебник и практикум для вузов / Г. Ю. Авдиенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06065-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564493> (дата обращения: 11.01.2026).
 5. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 634 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20019-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/557469> (дата обращения: 11.01.2026).
- 8.6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», используемых в образовательном процессе:
1. Личный кабинет ЭИОС [Электронный ресурс]. — URL: my.pgups.ru — Режим доступа: для авториз. пользователей;
 2. Электронная информационно-образовательная среда. [Электронный ресурс]. — URL: <https://sdo.pgups.ru> — Режим доступа: для авториз. пользователей;
 3. Научная электронная библиотека eLIBRARY - Режим доступа: <http://elibrary.ru/>, свободный.
 4. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://rsl.ru> (Москва)
 5. Российская национальная библиотека [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://nlr.ru> (Петербург)
 6. Центральная городская публичная библиотека имени В. В. Маяковского - Режим доступа: <https://pl.spb.ru/> (Петербург)

Разработчик рабочей программы,
Доцент кафедры
«Прикладная психология»

Д. Н. Церфус

13 января 2026 г.