

ПРОЕКТ

по организации социально-психологической работы по направлению психологического просвещения на тему: «Подготовка педагогических работников к правильному поведению в очаге экстремальной ситуации»

Объективная реальность 21 века такова, что человеку приходится все время сталкиваться с чрезвычайными ситуациями, которые могут быть результатами террористических актов, аварии, природного явления, катастрофы, стихийных и иных бедствий. Они зачастую влекут за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности человека. События последних десятилетий дают основания предполагать, что частота и степень негативных последствий неожиданного возникновения чрезвычайных ситуаций будут возрастать. Поэтому готовность людей к риску и их поведение в экстремальных ситуациях, реакция на неожиданные изменения требуют постоянного изучения с целью обеспечения безопасности.

Опасные ситуации часто возникают неожиданно, а потому их причины и способы выхода из них не всегда полностью осознаются. Экстремальные ситуации вызывают у человека сильный стресс, приводят к значительному нервному напряжению, нарушают равновесие в организме, отрицательно сказываются на здоровье в целом – не только физическом, но и психическом. Каждый человек в таких ситуациях реагирует по-разному. Особого внимания требует психологическая подготовленность педагогических работников к экстремальным ситуациям, так как они должны уметь защитить не только себя, но и обеспечить безопасность обучающихся.

Личность формируется под воздействием социальной среды. Поэтому показатель защищенности человека или его склонности к опасности – не только врожденное качество, но и результат развития. Недостаточная сформированность индивидуальных характеристик человека проявляется в экстремальных ситуациях. Существенно повышает подверженность человека

опасности эмоциональная неуравновешенность, неспособность к быстрому распределению внимания и выделению главного объекта среди большой совокупности прочих объектов, недостаточная выдержка и неумеренная (чрезмерно большая либо чрезмерно малая) склонность к риску.

Индивидуальные качества, присущие людям с высокой степенью защиты от опасности, влияют и на их положение в социальной группе. Такие качества, как хорошая координация, внимание, эмоциональная уравновешенность и прочие, способствуют лучшей защищенности человека. Люди, обладающие ими, способны лучше, чем другие, справляться с экстремальными ситуациями.

Приобретение знаний, умений и навыков в области психологических аспектов экстремальных ситуаций составляет важное условие для квалифицированного решения педагогом широкого спектра задач в различных напряженных и экстремальных ситуациях, оказания психологической помощи пострадавшим.

Целью данного проекта является, формирование у его участников умения владеть своим эмоциональным состоянием в экстремальных ситуациях, выработка системы правильного поведения и принятия решений в нестандартных ситуациях, путем курса практико-ориентированных лекций и занятий.

Задачи проекта:

- ✓ изучить психологические закономерности функционирования человека в экстремальных ситуациях;
- ✓ рассмотреть различные виды психологических угроз;
- ✓ научить способам повышения психологической устойчивости, оценивания рисков и показать необходимость развития стрессоустойчивости;
- ✓ сформировать навыки по распознаванию кризисных психологических состояний среди обучающихся и взрослых;
- ✓ дать знания по оказанию психологической помощи пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях;
- ✓ представить техники оказания первой психологической помощи.

**Содержание программы по психологическому просвещению на тему:
«Подготовка педагогических работников к правильному поведению
в очаге экстремальной ситуации»**

Тема 1. Вводное занятие. Классификация экстремальных ситуаций.

Теория (1,5 часа). Введение в программу. Ознакомление с целью, задачами и содержанием программы. Понятие «экстремальная ситуация». Классификации экстремальных ситуаций. Понятия «чрезвычайная ситуация» и «кризисная ситуация». Виды и формы терроризма. Хроника террористических актов, совершенных в России.

Тема 2. Теоретические и практические аспекты психологической безопасности личности.

Теория (1,5 часа). Биологические и психофизиологические предпосылки формирования поведения в экстремальных ситуациях. Психологические особенности личности, формирующие отношение к экстремальной ситуации и поведение в ней. Макросоциальная среда. Микросоциальная среда. Особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях. Систематика психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях.

Практика (0,5 часа). Выявление уровня агрессии с помощью теста-опросника Басса-Дарки.

Тема 3. Психология стресса.

Теория (1,5 часа). Особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях. Систематика психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях. Общие представления о стрессе. Стадии развития общего адаптационного синдрома. Субсиндромы стресса. Виды стресса. Эустресс и дистресс. Острый стресс и хронический стресс. Механизмы психологической защиты по З.Фрейду.

Практика (0,5 часа). Определение типа темперамента с помощью методики Г.Айзенка

Тема 4. Личность и группа в экстремальных ситуациях. Стихийное массовое поведение.

Теория (1,5 часа). Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах. Потеря как экстремальная ситуация. Горе как процесс. Понятие «стихийное массовое поведение». Паника и ее психофизиологический механизм. Классификация панических проявлений. Поведение толпы при экстремальных ситуациях. Механизмы образования толпы. Теория массовой паники. Теория коллективного поведения. Принципы профилактики образования толпы. Жесткое, директивное управление людьми.

Практика (0,5 часа). Тест «Психологический тип в общении». Тест по выявлению лидерских качеств.

Тема 5. Психологические аспекты терроризма.

Теория (1 час). Психологический портрет террориста и его жертвы. Группы лиц, вовлеченных в террор. Разновидности поведения заложников. Стокгольмский синдром. Специфические психопатологические феномены. Правила безконфликтного общения. Психология ведения переговоров с террористами. Коммуникативные барьеры и приемы, повышающие эффективность переговоров.

Практика (1 час). Тренинг «Конфликты: эффективные стратегии выхода из конфликтных ситуаций». Ролевая игра «Стол переговоров».

Тема 6. Экстренная психологическая помощь.

Теория (2 часа). Общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях. Психологический дебрифинг. Алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации. Основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы. Мотивационная и психологическая регуляция поведения в экстремальных условиях: теории мотивации (бихевиористические, психоаналитические, гуманистические, когнитивные) и мотивационный контроль действий. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс. Техники самопомощи при острых реакциях на экстремальные ситуации. Механизм

адаптации в экстремальной ситуации. Влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях.

Практика (2 часа). Ситуационная игра «Помогите!!!» (отрабатывание практических навыков помощи при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии, чувстве вины или стыда, двигательном возбуждении, нервной дрожи, гневе, злости, агрессии).

В результате участия в проекте по организации социально-психологической работы по направлению психологического просвещения на тему: «Подготовка педагогических работников к правильному поведению в очаге экстремальной ситуации» педагогические работники должны:

уметь:

- оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику его развития;
- оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в экстремальных ситуациях;
- вести переговоры с террористами, зная их психологическую структуру;
- вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в экстремальных ситуациях;
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи.

знать:

- понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях, ее цели и задачи;
- классификацию групп пострадавших в экстремальных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в экстремальных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в экстремальных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в экстремальных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных ситуациях;
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в экстремальных ситуациях;
- признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- механизмы образования толпы и принципы профилактики её образования;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- механизмы адаптации в экстремальной ситуации.

Список рекомендуемой литературы

1. Андреев Н.В., Свирская И.Б. Переговоры в «ситуации заложника»: характеристика мотивов, личности и групп преступников. – М., 1995.
2. Антипов В.В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002.
3. Колесникова Т.И. Психологический мир личности и его безопасность. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001.
4. Комаров К.Э. Психологическая подготовка к действиям в условиях повышенного риска: Учебно-методическое пособие для специалистов, занимающихся подготовкой подразделений МО, ФСБ, МВД, МЧС. – М., 2002.
5. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – М.: ЭКСМО, 2005.
6. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. Справочник практического психолога. – М.: ЭКСМО, 2005.
7. Петров С. О концепции безопасности образовательного учреждения. – ОБЖ. Основы безопасности жизни. 2004. №10. с.17-21.

8. Твердохлебов Н.В. Рекомендации и справочный материал по обучению должностных лиц, специалистов ГО и РСЧС и других групп населения по вопросу предупреждения и действий при террористических актах. – ОБЖ. Основы безопасности жизни. 2004. №9. с.9-14.
9. Фролов В. Психологическая готовность к опасности. – Гражданская защита. 1999. №3. с.32-35.
10. Хасан Б.И., Сергоманов П.А. Разрешение конфликтов и ведение переговоров: Учебно-методическое пособие. – М.: МИРОС, 2002.