

УДК 159(075.8)

ББК 88.4

Т64

### Научный редактор

*Попрядухина Н. Г., кандидат психологических наук, доцент  
кафедры психологии Орского гуманитарно-технологического  
института (филиала) ОГУ*

### Рецензенты:

*Головин В. В., кандидат экономических наук, директор;*

*Панферова Э. А., кандидат педагогических наук,  
заведующий кафедрой гуманитарных дисциплин*

*НОУ ВПО «Московский институт права» (филиал в г. Орске)*

**Тихонова Я.Г.**

Т64 Психологические особенности экстремальных ситуаций [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Я.Г. Тихонова. — 3-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2020. — 107 с.

ISBN 978-5-9765-2501-6

Курс «Психологические особенности экстремальных ситуаций» направлен на подготовку слушателей к осуществлению деятельности в сложных условиях, а также к работе с людьми, пережившими экстремальные ситуации. Данное учебно-методическое пособие включает теоретические аспекты, диагностические материалы и практические рекомендации по оказанию психологической помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях.

Предназначено методистам, учителям, студентам педагогических вузов и других образовательных учреждений.

УДК 159(075.8)

ББК 88.4

ISBN 978-5-9765-2501-6

© Тихонова Я.Г., 2015

© Издательство «ФЛИНТА», 2015



## СОДЕРЖАНИЕ

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Введение .....</b>   | <b>4</b>  |
| <b>1. Психология экстремальных ситуаций .....</b>   | <b>5</b>  |
| 1.1. Теоретические аспекты .....  | 5         |
| 1.2. Диагностические материалы .....  | 23        |
| <i>Контрольные вопросы .....</i>  | <i>29</i> |
| <b>2. Особенности личности и экстремальная ситуация .....</b>   | <b>31</b> |
| 2.1. Теоретические аспекты .....  | 31        |
| 2.2. Диагностические материалы .....  | 36        |
| <i>Контрольные вопросы .....</i>  | <i>43</i> |
| <b>3. Поведение человека в экстремальной ситуации .....</b>   | <b>44</b> |
| 3.1. Теоретические аспекты .....  | 44        |
| 3.2. Диагностические материалы .....  | 73        |
| <i>Контрольные вопросы .....</i>  | <i>77</i> |
| <b>4. Безопасность жизнедеятельности в условиях<br/>экстремальной ситуации .....</b>                                  | <b>79</b> |
| <i>Контрольные вопросы .....</i>  | <i>91</i> |
| <b>Заключение .....</b>   | <b>92</b> |
| <b>Библиографический список .....</b>   | <b>94</b> |
| Приложение 1. Из опыта практической работы специалистов<br>психологов с пострадавшими в экстремальных ситуациях ..... | 96        |
| Приложение 2. Словарь основных терминов .....   | 101       |
| Приложение 3. Материалы текущего, промежуточного<br>и итогового контроля знаний студентов .....                       | 106       |