

П. И. Сидоров  
И. Г. Мосягин  
С. В. Маруняк

# ПСИХОЛОГИЯ КАТАСТРОФ

Под редакцией академика РАМН  
*П. И. Сидорова*

*Рекомендовано Советом по психологии УМО  
по классическому университетскому образованию  
в качестве учебного пособия для студентов высших  
учебных заведений, обучающихся по направлению  
и специальности «Психология»*

  
**АСПЕКТ ПРЕСС**  
Москва  
2008

**УДК 159.9**  
**ББК 88.4**  
**С 34**

*Издано при финансовой поддержке  
Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям  
в рамках Федеральной целевой программы «Культура России»*

**Р е ц е н з е н т ы:**

доктор медицинских наук, профессор кафедры психологии Поморского государственного университета имени М. В. Ломоносова *И. А. Новикова*;

доктор педагогических наук, профессор, ученый секретарь  
Института теории и истории педагогики Российской академии  
образования *И. З. Сковородкина*

**С 34      Сидоров П. И., Мосягин П. И., Маруняк С. В.**

Психология катастроф: Учеб. пособие для студентов вузов/  
П. И. Сидоров, И. Г. Мосягин, С. В. Маруняк; под ред. П. И. Сидо-  
рова. — М. : Аспект Пресс, 2008. — 414 с.

ISBN 978–5–7567–0486–0

В учебном пособии рассмотрены основные вопросы сохранения здоро-  
вья и работоспособности лиц, подвергавшихся воздействию катастрофичес-  
ких факторов, что является крайне актуальным в условиях постоянно возра-  
стающего числа чрезвычайных ситуаций на личностном и социальном уровне.  
Приведенная в книге общая характеристика экстремальных состояний, влия-  
ние их на индивидуальные особенности организма, психогенные расстройства,  
возникающие при чрезвычайных происшествиях (включая террористические  
акции), и методы регуляции психических состояний позволяют современ-  
ным психологам, врачам, социальным работникам организовать коррекци-  
онно-реабилитационную работу на новом качественном уровне.

Для студентов и аспирантов медицинского и гуманитарного профиля,  
обучающихся по специальности «психология», специалистов службы меди-  
цины катастроф и службы спасения, а также широкого круга читателей.

**УДК 159.9**  
**ББК 88.4**

**ISBN 978–5–7567–0486–0**

© ЗАО Издательство «Аспект Пресс»,  
2008

Все учебники издательства «Аспект Пресс» на сайте

**[www.aspectpress.ru](http://www.aspectpress.ru)**

# Содержание

Введение .....	6
<b>Глава 1. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ</b>	
<b>КАТАСТРОФ .....</b>	<b>9</b>
1.1. Прикладная отрасль науки современного общества .....	9
1.2. Определение, классификация и влияние условий жизнедеятельности на человека .....	21
1.3. Организация и принципы оказания медицинской и психологической помощи в чрезвычайной ситуации .....	42
<b>Глава 2. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА</b>	
<b>В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ .....</b>	<b>52</b>
2.1. Характеристика экстремальных психических состояний .....	52
2.2. Первичные психические состояния при катастрофе .....	59
2.3. Стресс как типичное эмоциональное состояние в экстремальных условиях .....	70
2.4. Предрасполагающие факторы стресса .....	92
2.5. Категории стресса .....	117
<b>Глава 3. ПСИХОГЕННЫЕ РЕАКЦИИ КАТАСТРОФЫ .....</b>	<b>132</b>
3.1. Психические состояния в экстремальной ситуации .....	132
3.2. Влияние экстремальной ситуации на спасателей .....	142
3.3. Факторы трансформации личности военнослужащих .....	158
3.4. Травматические стрессовые расстройства .....	164
3.5. Идентификация психических расстройств .....	185
3.6. Алгоритм работы психолога в ситуации катастрофы .....	204
<b>Глава 4. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТЕРРОРИЗМА .....</b>	<b>214</b>
4.1. Типология терроризма .....	214
4.2. Жертвы террора .....	230
4.3. Типология личности преступника .....	233
4.4. Переговоры с террористами .....	240
4.5. Экономическая база терроризма .....	244
4.6. Ядерный терроризм .....	246
4.7. Психический терроризм и манипулирование личностью .....	250
<b>Глава 5. ВЛИЯНИЕ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ</b>	
<b>НА ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗМА .....</b>	<b>277</b>
5.1. Механизмы адаптации .....	277
5.2. Отклонения поведения и межличностное взаимодействие в процессе адаптации .....	289
5.3. Защитные механизмы личности .....	306

<b>Глава 6. МЕТОДЫ РЕГУЛЯЦИИ И САМОРЕГУЛЯЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ</b> .....	314
6.1. Общие принципы оказания психологической помощи .....	314
6.2. Методы психофизиологической регуляции .....	335
6.3. Психологические методы .....	351
6.4. Физиолого-гигиенические и медико-фармакологические методы .....	383
<b>Заключение</b> .....	388
<b>Словарь</b> .....	390
<b>Список литературы</b> .....	400