

**Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ТАГАНРОГСКИЙ МЕХАНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**Методические указания обучающимся
по выполнению самостоятельных работ
по дисциплине
ОП.07 Психология экстремальных ситуаций
20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях**

Рассмотрено и одобрено
на заседании цикловой
методической комиссии
профессионального цикла
специальности 38.02.05
Товароведение и экспертиза
качества потребительских товаров
Протокол от 08.09.2016 № 1
Председатель ЦМК


_____ Е.В. Фрига

Утверждаю
Заместитель директора по учебной
работе ГБПОУ РО «ТМехК»


_____ В.В. Станкевская
_____ 2016г.

Методические указания по выполнению самостоятельных работ в рамках освоения учебной дисциплины ОП.07 Психология экстремальных ситуаций, разработаны в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины на основе Федерального государственного образовательного стандарта СПО подготовки квалифицированных рабочих, служащих по специальности 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования Ростовской области «Таганрогский механический колледж»

Разработчик: Т.З. Васильева, преподаватель высшей категории
ГБПОУ РО «ТМехК»

Рецензенты: Председатель ЦМК специальности
20.02.04 Пожарная безопасность М.С. Бричеева

Работодатель: Директор МБУ «Управление защиты от ЧС»
г. Таганрога Кирсанов А.В.
Начальник поисково-спасательного подразделения
г. Таганрога - А.Е. Черномазов.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Организация внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся – важное звено в образовательном процессе в среднем профессиональном образовании. Целью настоящих методических указаний является оказание помощи обучающимся в организации индивидуальной внеаудиторной работы по освоению учебной дисциплины ОП.07 Психология экстремальных ситуаций.

Рабочая программа учебной дисциплины предусматривает 30 часов на выполнение внеаудиторных самостоятельных работ и предполагает углубление изучения отдельных тем программы.

Рабочая программа предусматривает выполнение следующих видов самостоятельных работ: составление конспекта, составление таблиц, составление схем, проведение сравнительного анализа и классификации понятий, написание сообщений, подготовка докладов, написание рефератов, ответы на контрольные вопросы.

Методические указания к самостоятельной работе содержат тему, цель, вид, средства и форму отчета о результатах самостоятельной работы.

Методические указания включают перечень тем для рефератов, которые предлагаются на выбор обучающимся, содержат также список рекомендуемой литературы и иных источников.

Общие требования к выполнению самостоятельной работы:

- самостоятельная работа выполняется в тетради для конспектов лекций;
- самостоятельная работа выполняется в соответствии с программой аккуратно, грамотно;
- выполненную работу обучающийся обязан сдать для проверки;
- проверенная и оцененная самостоятельная работа возвращается обучающемуся для доработки и подготовке к защите.
- обучающийся, не выполнивший объем самостоятельной работы не допускается к дифференцированному зачету.

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2.1 Самостоятельная работа Тема: Отрасли психологии	5
2.2 Самостоятельная работа Тема: Виды чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	7
2.3 Самостоятельная работа Тема: Субъекты экстремальной ситуации. Специалисты	9
2.4 Самостоятельная работа Тема: Акцентуации характера	11
2.5 Самостоятельная работа Тема: Стресс. История изучения, определение, кривая развития стрессовой ситуации	13
2.6 Самостоятельная работа Тема: Механизмы возникновения и развития стресса в чрезвычайных ситуациях различного характера	15
2.7 Самостоятельная работа Тема: История становления учения о психологических защитах	17
2.8 Самостоятельная работа Тема: Помощь при острых реакциях на стресс	19
2.9 Самостоятельная работа Тема: Психологические процессы при чрезвычайных ситуациях	21
Перечень тем для написания рефератов по дисциплине	23
Информационное обеспечение обучения	25

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

2.1 Самостоятельная работа

Тема: Отрасли психологии.

Цель: Познакомиться с отраслями современной психологии.

Задание.

1. Изучить тему «Отрасли психологии». Составить конспект.
2. Из приведенной ниже таблицы выявить отрасли психологии, тесно взаимодействующие с психологией экстремальных ситуаций

Фундаментальная психология	Прикладная психология
Общая психология	Педагогическая психология
Психология личности	Клиническая психология
Дифференциальная психология	Юридическая психология
Психофизиология	Экономическая психология
Нейропсихология	Политическая психология
Социальная психология	Психология религии
Возрастная психология	Психология спорта
Специальная психология	Психология труда
Зоопсихология	Военная психология
Сравнительная психология	Космическая психология

Составить список отраслей психологии, взаимодействующих с психологией экстремальных ситуаций.

Форма отчета: Задание выполняется в тетради для конспектов.

Проводится устный опрос

Рекомендуемые источники:

Ефимова Н.С. Основы общей психологии – М., Форум, 2008г. – стр. 9-13.

Новый психологический словарь – Р/Д., Феникс, 2008г. – стр. 451-506.

<http://www.mchs.ru>
<http://www.logiston.ru>
<http://www.psychology.ru>
<http://www.psi.webzone.ru>
<http://www.psynavigator.ru>
<http://www.psyfactor.ru>
<http://www.phis.org.ru>
<http://www.azps.ru>
<http://www.oratorica.ru>
<http://www.nv-study.intramail.ru>
<http://www.psycho.ru>
<http://www.vipconsalt.ru>

2.2 Самостоятельная работа

Тема: Виды чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Цель: Систематизация и углубление знаний о видах чрезвычайных ситуаций.

Задание.

1. Дать определение понятию «экстремальная ситуация природного характера», «экстремальная ситуация техногенного характера», «экстремальная ситуация социального характера».
2. Составить таблицу видов чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Виды чрезвычайных ситуаций	Примеры
ЧС техногенного характера	Пожары, ...
ЧС природного характера	Смерч, ...
ЧС социального характера	Военные действия, ...
ЧС эколого-биологического характера	Эпидемии, ...

Форма отчета: Задание выполняется в тетради для конспектов

Рекомендуемые источники:

Вишняков Я.Д. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие – М.: Академия, 2008г. – стр. 7-58.

Мастрюков Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: учебник – М.: Академия, 2008г. – стр. 5-123.

Мастрюков Б.С. Опасные ситуации техногенного характера и защита от них: учебник – М.: Академия, 2009г. – стр. 16-20.

Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях – М.: Академия, 2012г. – стр. 75-89.

Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций – СПб.: Питер, 2009г. – стр. 7-10.

<http://www.mchs.ru>
<http://www.logiston.ru>
<http://www.psychology.ru>
<http://www.psi.webzone.ru>
<http://www.psynavigator.ru>
<http://www.psyfactor.ru>
<http://www.phis.org.ru>
<http://www.azps.ru>
<http://www.oratorica.ru>
<http://www.nv-study.intramail.ru>
<http://www.psycho.ru>
<http://www.vipconsalt.ru>

2.3 Самостоятельная работа

Тема: Субъекты экстремальной ситуации. Специалисты.

Цель: Изучить информационные источники и сформировать собственное мнение об особенностях экстремальных условий работы в профессиональной деятельности спасателей-пожарных.

Задание.

Написать сообщение на тему: «Экстремальные условия в профессиональной деятельности». Изучив литературные и Интернет-ресурсы, написать сообщение объемом 2 печатных листа формата А4 шрифтом Times New Roman кеглем 14 на заданную тему. Форма сообщения – эссе, где обучающийся должен изложить свое мнение о необходимости психологической подготовки работников, чей труд связан с экстремальными условиями деятельности.

Форма отчета: Задание выполняется на листах формата А4. Защита и обсуждение сообщений в группе

Рекомендуемые источники:

Дутов В.И. Подготовка пожарных-спасателей – Екатеринбург, Калан, 2012г. – стр. 120-140.

Кисляков В.В. Первоначальная подготовка спасателя – Р/Д.; ДГТУ, 2011г. – стр. 420-445.

Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях – М.; Академия, 2012г. – стр. 75-89.

Теребнев В.В. Специальная профессионально-прикладная подготовка пожарных – Екатеринбург, Калан, 2013г. – стр. 9-26.

Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций – СПб.; Питер, 2009г. – стр. 7-10.

Журналы: «Пожарное дело», «Гражданская защита»; газета «Спасатель».

<http://www.mchs.ru>

<http://www.logiston.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.psi.webzone.ru>

<http://www.psynavigator.ru>

<http://www.psyfactor.ru>

<http://www.phis.org.ru>

<http://www.azps.ru>

<http://www.oratorica.ru>

<http://www.nv-study.intramail.ru>

<http://www.psycho.ru>

<http://www.vipconsalt.ru>

2.4 Самостоятельная работа

Тема: Акцентуации характера.

Цель: Познакомиться с классификацией акцентуаций характера с целью использования этих знаний при работе и общении с людьми.

Задание.

Заполнить таблицу типов акцентуаций характера по методике К. Леонгарда

Тип	Сильные стороны	Слабые стороны
Гипертимный – высокая контактность		
Дистимичный – низкая контактность		
Циклоидный – смена настроения		
Возбудимый – низкая контактность, замедленность вербальных и невербальных реакций		
Застревающий – средняя общительность		
Педантичный – умеренная общительность		
Тревожный – низкая контактность		
Эмотивный – общение ограничено узким кругом избранных		
Демонстративный – легкость в установлении контакта		
Экзальтированный – высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость		
Экстравертированный – высокая контактность		
Интровертированный – низкая контактность, замкнутость		

Форма отчета: Задание выполняется в тетради для конспекта, материал самостоятельной работы используется при выполнении практической работы №7.

Рекомендуемые источники:

Ефимова Н.С. Основы общей психологии – М.: Форум, 2008г. – стр. 235-238.

Столяренко Л.Д. Психология – Р/Д.: Феникс, 2005г. – стр. 64-82.

<http://www.mchs.ru>

<http://www.logiston.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.psi.webzone.ru>

<http://www.psynavigator.ru>

<http://www.psyfactor.ru>

<http://www.phis.org.ru>

<http://www.azps.ru>

<http://www.oratorica.ru>

<http://www.nv-study.intramail.ru>

<http://www.psycho.ru>

<http://www.vipconsalt.ru>

2.5 Самостоятельная работа

Тема: Стресс. История изучения, определение, кривая развития стрессовой ситуации.

Цель: Познакомиться с историей изучения и современными представлениями о стрессе.

Задание.

Изучить тему «Стресс. История изучения и современное представление. Кривая развития стрессовой ситуации».

Ответить на контрольные вопросы:

- 1) Кто является основоположником учения о стрессе?
 - 2) Дайте определение понятию «стресс»
 - 3) Опишите симптомы «синдрома просто болезни», перечисленные Гансом Селье
 - 4) Что такое эустресс?
 - 5) Что такое эмоциональный стресс?
 - 6) Определите разницу между физиологическим и эмоциональным стрессом
 - 7) Всегда ли стресс приводит к негативным изменениям в организме?
 - 8) Целесообразно ли разделение стресса на эмоциональный и физиологический?
 - 9) Люди с каким типом нервной системы более подвержены влиянию стресса?
2. Изобразите кривую развития стрессовой ситуации



3. Подготовить презентацию на тему «Стресс» (не менее 10 слайдов).

Форма отчета: Задание выполняется в тетради для конспектов.

Защита и обсуждение презентации в группе.

Рекомендуемые источники:

Михайлова Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях – СПб., Питер, 2009г.

Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций – СПб., Питер, 2009г. – стр. 32-50.

<http://www.mchs.ru>

<http://www.logiston.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.psi.webzone.ru>

<http://www.psynavigator.ru>

<http://www.psyfactor.ru>

<http://www.phis.org.ru>

<http://www.azps.ru>

<http://www.oratorica.ru>

<http://www.nv-study.intramail.ru>

<http://www.psycho.ru>

<http://www.vipconsalt.ru>

2.6 Самостоятельная работа

Тема: Механизмы возникновения и развития стресса в чрезвычайных ситуациях различного характера.

Цель: Познакомиться с особенностями формирования стресса в чрезвычайных ситуациях.

Задание.

Составить конспект темы: «Механизмы возникновения и развития стресса в чрезвычайных ситуациях различного характера» по плану:

- 1) Особенности формирования стресса в чрезвычайных ситуациях
 - 2) Факторы, влияющие на особенности реагирования в стрессовой ситуации
 - 3) Факты формирования субъективного отношения к опасной ситуации
 - 4) Факторы формирования механизмов защиты
 - 5) Особенности воспитания в семье как фактор формирования психологических защит
 - 6) Преимущество психозащитного существования в семье
2. Заполнить таблицу «Психологические свойства личности. Классификация А. Личко. Индивидуальные особенности как фактор реакции на стресс»

Тип	Сильные стороны	Слабые стороны
Гипертимный		
Шизоидный		
Истероидный		
Психоастенический		
Лабильный		
Сензитивный		
Эпилептоидный		
Конформный		
Циклоидный		
Неустойчивый		

3. Из перечисленных фактов постройте схему формирования отношения личности к опасной ситуации.

Факты: опасная ситуация; личностный смысл; эмоциональная сторона смысла; интеллектуальная сторона смысла; значение уровня опасности, предписываемое ситуации.

4. Постройте схему влияния на особенности реагирования в стрессовой ситуации с использованием факторов.

Факторы: стрессор, социальные факторы, личностные факторы, процесс оценки, психологические и физиологические реакции, дезадаптивные и адаптивные реакции.

Форма отчета: Задание выполняется в тетради для конспектов, сдается для проверки; проводится устный опрос

Рекомендуемые источники:

Ефимова Н.С. Основы общей психологии – М., Форум, 2008г. – стр. 236.

Михайлова Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях – СПб., Питер, 2009г. – стр. 31-51.

<http://www.mchs.ru>

<http://www.logiston.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.psi.webzone.ru>

<http://www.psynavigator.ru>

<http://www.psyfactor.ru>

<http://www.phis.org.ru>

<http://www.azps.ru>

<http://www.oratorica.ru>

<http://www.nv-study.intramail.ru>

<http://www.psycho.ru>

<http://www.vipconsalt.ru>

2.7 Самостоятельная работа

Тема: История становления учения о психологических защитах.

Цель: Изучить историю становления учения о психологических защитах с целью использования свойств личности в противостоянии трудным и экстремальным ситуациям.

Задание.

1. Изучить тему, составить конспект характеристик основных механизмов защиты: отрицание, вытеснение, подавление, изоляция, интроекция, рационализация, интеллектуализация, фантазия (мечта), компенсация, агрессия, идеализация, юмор.
2. Составить схему уровня организации психологической защиты личности.
3. Составить схему типов психологических защит личности.
4. Составить таблицу классификации психологических защит по годам жизни человека.

Форма отчета: Задание выполняется в тетради для конспектов, сдается для проверки

Рекомендуемые источники:

Михайлова Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях – СПб., Питер, 2009г. – стр. 52-92.

Остроумова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях – М.: Академия, 2012г. – стр. 52-74.

<http://www.mchs.ru>

<http://www.logiston.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.psi.webzone.ru>

<http://www.psynavigator.ru>

<http://www.psyfactor.ru>

<http://www.phis.org.ru>

<http://www.azps.ru>

<http://www.oratorica.ru>

<http://www.nv-study.intramail.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.vipconsult.ru>

2.8 Самостоятельная работа

Тема: Помощь при острых реакциях на стресс.

Цель: Изучить технологии и приемы оказания психологической помощи при острых реакциях на стресс.

Задание.

Вариант 1.

Заполнить таблицу с характеристиками видов необходимой психологической взаимопомощи при острых реакциях на стресс.

Вариант 2.

Заполнить таблицу с характеристиками видов необходимой психологической самопомощи при острых реакциях на стресс.

Виды реакций	Виды помощи
Страх	
Тревога	
Плач	
Истерика	
Апатия	
Чувство вины или стыда	
Двигательные возбуждения	
Нервная дрожь	
Гнев	
Злость	
Агрессия	

Форма отчета: Задание выполняется в тетради для конспектов, сдается для проверки

Рекомендуемые источники:

Остроумова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных

ситуациях – М.: Академия, 2012г. – стр. 89-112.

Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций – СПб.: Питер, 2009г. – стр. 116-134.

<http://www.mchs.ru>

<http://www.logiston.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.psi.webzone.ru>

<http://www.psynavigator.ru>

<http://www.psyfactor.ru>

<http://www.phis.org.ru>

<http://www.azps.ru>

<http://www.oratorica.ru>

<http://www.nv-study.intramail.ru>

<http://www.psycho.ru>

<http://www.vipconsalt.ru>

2.9 Самостоятельная работа

Тема: Психологические процессы при чрезвычайных ситуациях.

Цель: Углубленно изучить и сделать выводы о значении психологической подготовки пожарных-спасателей при работе в условиях чрезвычайных ситуаций.

Задание.

Изучив учебно-методические пособия и материалы Интернет-ресурсов подготовить и представить на защиту доклады по следующим темам:

- «Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени»
- «Понятие и содержание поведения в экстремальных ситуациях»
- «Феномен «человек и опасность»
- «Особенности адаптации психики»
- «Экстремальные ситуации в профессиональной деятельности»
- «Преодоление опасной ситуации»
- «Психические процессы в стрессовой ситуации»
- «Психические процессы при аварийной ситуации»
- «Психологические процессы при экологической катастрофе»
- «Опасные, вредные и поражающие факторы в системе «человек-машина-среда обитания»
- «Воздействие опасных факторов на человека»
- «Экстремальные ситуации в быту»
- «Экстремальные ситуации в специальной профессиональной деятельности»
- «Преодоление стресса и опасности».

Объем доклада: 5 листов формата А4, шрифт Times New Roman, кегль 14, полуторный интервал

Форма отчета: Задание выполняется на формате А4.

Защита доклада

Рекомендуемые источники:

Волкова А.И. Психологи общения – Р/Д:, Феникс, 2007г.

Ефимова Н.С. Основы общей психологии – М., Форум, 2008г.

Михайлова Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях – СПб.; Питер, 2009г.

Рамендик Д.М. Тренинг личностного роста – М.: Форум, 2008г.

Фомин Ю.А. Психология делового общения – М.: Амалфея, 2003г.

Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций – СПб.: Питер, 2009г.

Новейший психологический словарь – Р/Д, Феникс, 2008г.

Психология: словарь – М.: Полит издат, 2000г.

Человек: полная энциклопедия – М.: Эксмо, 2005г.

<http://www.mchs.ru>

<http://www.logiston.ru>

<http://www.psychology.ru>

<http://www.psi.webzone.ru>

<http://www.psynavigator.ru>

<http://www.psyfactor.ru>

<http://www.phis.org.ru>

<http://www.azps.ru>

<http://www.oratorica.ru>

<http://www.nv-study.intramail.ru>

<http://www.psycho.ru>

<http://www.vipconsalt.ru>

Перечень тем для написания рефератов по дисциплине

1. Опасные, вредные и поражающие факторы в системе «человек-машина-среда обитания»
2. Воздействие опасных факторов на человека и негативных факторов на среду обитания
3. Анализ опасностей технических систем
4. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени
5. Защита населения и территории в чрезвычайной ситуации
6. Понятие и содержание поведения в экстремальных ситуациях
7. Предмет и метод психологии экстремальных ситуаций
8. Связь психологии экстремальных ситуаций с другими дисциплинами
9. Структура психологии экстремальных ситуаций
10. Значение психологии экстремальных ситуаций
11. Особенности и теоретические основы психологии экстремальных ситуаций
12. Понятие и содержание психологии экстремальных ситуаций
13. Виды экстремальных ситуаций
14. Проблемы экстремальных ситуаций
15. Феномен экстремальных ситуаций
16. Феномен: человек и опасность
17. Адаптация психики
18. Дезадаптация психики
19. Экстремальные ситуации в быту
20. Экстремальные ситуации в профессиональной деятельности
21. Экстремальные ситуации в специальной профессиональной деятельности
22. Преодоление опасной ситуации
23. Фрустрация организма
24. Психические процессы в стрессовой ситуации
25. Психические процессы при аварийной ситуации

26. Психические процессы при экологической катастрофе
27. Преодоление стресса и опасности
28. Психологические особенности труда спасателей и пожарных
29. Реакции организма человека на стресс и защита от него
30. Особенности работы с пострадавшими, получившими психологическую травму в зоне катастрофы

Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Михайлова Л.А. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях – СПб.: Питер, 2009г.
2. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций – СПб.: Питер, 2009г.
3. Ефимова Н.С. Основы общей психологии – М.: Форум, 2008г.
4. Волкова А.И. Психологи общения – Р/Д.: Феникс, 2007г.

Дополнительные источники:

1. Вишняков Я.Д. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие – М.: Академия, 2008г.
2. Дутов В.И. Подготовка пожарных-спасателей – Екатеринбург, Калан, 2012г.
3. Кисляков В.В. Первоначальная подготовка спасателя – Р/Д.: ДГТУ, 2011г.
4. Мастрюков Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: учебник – М.: Академия, 2008г.
5. Мастрюков Б.С. Опасные ситуации техногенного характера и защита от них: учебник – М.: Академия, 2009г.
6. Остроумова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях – М.: Академия, 2012г.
7. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях – М.: Академия, 2012г.
8. Рамендик Д.М. Тренинг личностного роста – М.: Форум, 2008г.
9. Столяренко Л.Д. Психология – Р/Д.: Феникс, 2005г.
10. Терехнев В.В. Специальная профессионально-прикладная подготовка пожарных – Екатеринбург, Калан, 2013г.
11. Фомин Ю.А. Психология делового общения – М.: Амалфея, 2003г.

12. Человек: полная энциклопедия – М.: Эксмо, 2005г.
13. Новый психологический словарь – Р/Д.: Феникс, 2008г. – стр. 451-506.
14. Психология: словарь – М.: Политиздат, 2000г.
15. Журналы: «Пожарное дело», «Гражданская защита»; газета «Спасатель».
16. <http://www.mchs.ru>
17. <http://www.logiston.ru>
18. <http://www.psychology.ru>
19. <http://www.psi.webzone.ru>
20. <http://www.psynavigator.ru>
21. <http://www.psyfactor.ru>
22. <http://www.phis.org.ru>
23. <http://www.azps.ru>
24. <http://www.oratorica.ru>
25. <http://www.nv-study.intramail.ru>
26. <http://www.psycho.ru>
27. <http://www.vipconsalt.ru>