



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФГБОУ ВО «ИГУ»  
Факультет психологии  
Кафедра социальной, экстремальной и пенитенциарной психологии



**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

Наименование дисциплины (модуля): **Б1.В.04. Профилактика профессионального стресса в организации**

Направление подготовки: 37.04.01 «Психология»

Направленность (профиль) подготовки: «Психологическое консультирование в профессиональной деятельности»

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очно-заочная

Программа реализуется с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий(частично)

Согласовано с УМК факультета

психологии:

Протокол № 8

от «19» мая 2021 г.

Председатель \_\_\_\_\_ И.А. Конопак

Рекомендовано кафедрой социальной,

экстремальной и пенитенциарной

психологии:

Протокол № 8

от «12» мая 2021 г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ А.В. Глазков

Иркутск 2021 г.

## Содержание

	стр.
I. Цели и задачи дисциплины (модуля)	3
II. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП.	3
III. Требования к результатам освоения дисциплины (модуля)	3
IV. Содержание и структура дисциплины (модуля)	5
4.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, с указанием видов учебных занятий и отведенного на них количества академических часов	5
4.2. План внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	6
4.3. Содержание учебного материала	7
4.3.1 Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ	9
4.3.2. Перечень тем (вопросов), выносимых на самостоятельное изучение в рамках самостоятельной работы студентов	10
4.4. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов	10
4.5. Примерная тематика курсовых работ	11
V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)	12
- перечень литературы	12
- список авторских методических разработок	12
- базы данных, поисково-справочные и информационные системы	12
VI. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля):	13
6.1. Учебно-лабораторное оборудование:	13
6.2. Программное обеспечение	13
6.3. Технические и электронные средства обучения:	14
VII. Образовательные технологии	15
VIII. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации	16

## **I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ):**

**Цель:** теоретическая и практико-ориентированная подготовка студента к реализации программ профилактики и психологической помощи в преодолении профессионального стресса сотрудникам организации.

### **Задачи:**

1. формирование у студента готовности к анализу психических процессов, состояний и индивидуальных различий сотрудников организации в условиях профессионального стресса.
2. формирование у студентов готовности к профилактике и коррекции последствий профессионального стресса, развитию качеств, необходимых сотрудникам для самостоятельной жизни и социализации в профессии в рамках технологий психологического консультирования.
3. формирование у студентов готовности к созданию и реализации программ психологической помощи сотрудникам организации, включая активизацию личностных ресурсов самоактуализации в профессии, в том числе на основе межведомственных команд в условиях повышенного профессионального стресса.

## **II. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Учебная дисциплина (модуль) «Б1.В.04. Профилактика профессионального стресса в организации» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений и изучается на первом семестре.

Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и навыки, формируемые параллельно изучаемыми дисциплинами:

- «Б1.В.03. Социально-психологические технологии управления персоналом» в аспекте знаний общих закономерностей работы с персоналом организации.

- «Б1.В.10. Технологии профессионального консультирования» с позиций специфики консультирования в организации как формы помощи населению.

Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:

- «Б1.В.09. Технологии организационного консультирования». В рамках этой дисциплины расширяются знания о работе с персоналом в условиях стресса на общую организационную проблематику.

## **III. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОП ВО по направлению подготовки 37.04.01 «Психология», направленность (профиль) «Психологическое консультирование в профессиональной деятельности»:

### **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций**

<b>Компетенция</b>	<b>Индикаторы компетенций</b>	<b>Результаты обучения</b>
ПК-3 Способен применять психологические технологии вмешательства профилактического, развивающего характера для отдельных лиц или	ИДКПК3.1 Применяет психологические технологии просвещения и профилактики субъектов профессиональной деятельности на основе анализа психических процессов, состояний и индивидуальных различий	Знать: определение и соотношение понятий: стресс, профессиональный стресс, профилактика, психологическое консультирование, психологическая технология, трудная жизненная ситуация,

<p>групп, находящихся в трудной жизненной ситуации</p>	<p><b>ИДКПК3.2</b>          Применяет психологические технологии вмешательства развивающего характера, включая элементы тренинга, в рамках психологического консультирования, направленного на развитие качеств, необходимых сотрудникам для самостоятельной жизни и социализации в профессии.</p>	<p>психологический климат в организации.          Уметь: осуществлять диагностику и системный анализ признаков профессионального стресса в организации и симптоматики профессионального стресса сотрудников, осуществлять просвещение и профилактику в аспекте профессионального стресса,          Владеть: основными методами профилактики профессионального стресса</p>
	<p><b>ИДКПК3.3</b>          Создает и реализует программы психологической помощи сотрудникам организации, включая активизацию личностных ресурсов самоактуализации в профессии, в том числе на основе межведомственных команд.</p>	

#### IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Объем дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов, в том числе 8 часов (КО) на зачет.

Из них реализуется с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий 16 часов;

Из них 4 часа – практическая подготовка

Форма промежуточной аттестации: зачет

##### 4.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, с указанием видов учебных занятий и отведенного на них количества академических часов

№ п/п	Раздел дисциплины/темы	Семестр	Всего часов	Из них практическая	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, практическую подготовку и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости; Форма промежуточной аттестации
					Контактная работа преподавателя с обучающимися			Самостоятельная работа	
					Лекции	Семинарские занятия	Консультации		
1	Психология стресса	4	32	-	2	4	2	24	тест
2	Профилактика профессионального стресса	4	40	2	2	4	4	26	тест
3	Психология экстремальных ситуаций в организации	4	36	2	2	4	2	24	тест
<b>Итого часов</b>		<b>4</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>74</b>	<b>Зачет (+8 часов КО)</b>

#### 4.2. План внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Семестр	Название раздела, темы	Самостоятельная работа обучающихся			Оценочное средство	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы
		Вид самостоятельной работы	Сроки выполнения	Затраты времени (час.)		
2	<b>Раздел 1. Психология стресса</b> Тема: Методы управление стрессом: базовые техники и вспомогательные средства.	Практическое задание (Подготовка и обоснование техник управления стрессом для клиента в ситуации, заданной преподавателем)	В течение семестра	24	Защита проекта	Карточка с ситуацией, рекомендации по выполнению задания, информационно-справочные материалы при необходимости, литература из списка рекомендованной
2	<b>Раздел 2. Профилактика профессионального стресса</b> Тема: Методы диагностики и профилактики профессионального стресса	Практическое задание (Подготовка и обоснование основных положений программы профилактики профессионального стресса, включая диагностический этап, для ситуации, заданной преподавателем)	В течение семестра	26	Защита проекта	Карточка с ситуацией, рекомендации по выполнению задания, информационно-справочные материалы при необходимости, литература из списка рекомендованной

Семестр	Название раздела, темы	Самостоятельная работа обучающихся			Оценочное средство	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы
		Вид самостоятельной работы	Сроки выполнения	Затраты времени (час.)		
2	<b>Раздел 3. Психология экстремальных ситуаций в организации</b> Тема: Экстренная психологическая помощь сотруднику при остром стрессовом расстройстве	Практическое задание (На основе заданной преподавателем экстремальной ситуации в организации и психологической характеристики сотрудника сделать обоснованный прогноз вероятности, типа и соответствующей психологической помощи для данного сотрудника)	В течение семестра	24	Защита проекта	Карточка с ситуацией, рекомендации по выполнению задания, информационно-справочные материалы при необходимости, литература из списка рекомендованной
Общий объем самостоятельной работы по дисциплине (час)				<b>74</b>		
<b>Из них объем самостоятельной работы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (час)</b>				<b>16</b>		

### **4.3. Содержание учебного материала**

#### **Раздел 1. Психология стресса**

Аспекты стресса: проблемы адаптации социально-экономические и медико-демографические аспекты, психическое здоровье человека, пограничные состояния. Критерии оценки негативных последствий стресса. Теория стресса Г. Селье: общий адаптационный синдром, «Триада признаков» стресса, физиологические механизмы возникновения, стадии развития стрессовых реакций, уровни адаптации. Перестройка функциональных систем обеспечения деятельности на разных стадиях адаптации. Различие понятий «eu-stress» и «distress». Понятия физиологического и психологического стресса. Стресс-факторы абсолютного и опосредующего типа. Стресс-менеджмент. Классификация методов профилактики и коррекции стресса. Методы психологической саморегуляции и управление стрессом: базовые техники и вспомогательные средства.

#### **Раздел 2. Профилактика профессионального стресса**

Гомеостатическая концепция стресса. Эмоциональный стресс. Травматический стресс. Профессиональный стресс. Функциональные состояния работоспособности, рабочий стресс, профессиональная адаптация. Общие понятия функциональных состояний. Взаимосвязь функциональных состояний и деятельности. Работоспособность как функциональное состояние. Профессиональное утомление. Основные методы диагностики профессионального стресса и преодолевающего поведения. Профессиональная адаптация: критерии, организационные факторы. Этапы: первичная адаптация; период стабилизации; возможная дезадаптация; вторичная адаптация, связанная с определенными этапами профессионального цикла; возрастное снижение адаптационных возможностей. Понятие профессиональной дезадаптации. Профессиональные дезадаптации и организационный стресс. Методы диагностики и профилактики профессионального стресса и профессиональных дезадаптаций. Исследование факторов риска развития профессионального стресса с позиций деятельностного подхода. Выявление организационных и субъектных факторов риска. Синдром эмоционального выгорания: сущность и методы диагностики в разных видах профессиональной деятельности. Элементарные методы саморегуляции функциональных состояний и профилактики профессионального стресса

#### **Раздел 3. Психология экстремальных ситуаций в организации**

Понятие экстремальной ситуации. Экстремальная ситуация и экстремальные условия деятельности. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные. Специфика психологической травматизации различных групп субъектов. Общие последствия влияния экстремальной ситуации на человека.

Типология экстремальных ситуаций в организации. Экстремальные ситуации, связанные с военными действиями. Экстремальные ситуации, возникающие как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф. Экстремальные ситуации, связанные с террористической активностью.

Стресс как основная составляющая экстремальных состояний. Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика. Острое стрессовое расстройство как «нормальная реакция на ненормальную ситуацию». Основные признаки ОСР: непродолжительность (от нескольких часов до нескольких суток); наличие тревоги, гнева, страха, гиперактивности, апатии (присутствует, как правило, один из симптомов); наличие непосредственной связи между травматическим событием и симптомом. Этапы развития ОСР: неопределенность и шок; субъективное облегчение и конструктивное приспособление к ситуации; утяжеление состояния; примирение со сложившейся ситуацией (в идеале – принятие ситуации и конструктивная проработка травматического опыта). Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Соотношение понятий «острое стрессовое расстройство» и «посттравматическое стрессовое расстройство».



#### 4.3.1. Перечень семинарских, практических занятий и лабораторных работ

№ п/п	№ раздела и темы	Наименование семинаров, практических и лабораторных работ	Трудоёмкость (час.)		Оценочные средства	Формируемые компетенции (индикаторы)
			Всего часов	Из них практ. подг.		
1	2	3	4	5	6	7
1	1.1	Подготовка и обоснование программы профилактики стресса на рабочем месте сотрудника на основе анализа психических процессов, состояний и индивидуальных различий	4	-	Оценка практическое задание	ИДКПК3.1
2	2.1.	Подготовка программы консультирования с элементами тренинговых упражнений с целью профилактики стресса на рабочем месте	6	2	Оценка практическое задание	ИДКПК3.2
3	3.2	Подготовка социально-психологической программы активизации личностных ресурсов самоактуализации сотрудника в профессии	6	-	Оценка практическое задание	ИДКПК3.3

#### 4.3.2. Перечень тем (вопросов), выносимых на самостоятельное изучение в рамках самостоятельной работы студентов

№ пп/п	Тема	Задание	Формируемая компетенция	ИДК
1	<b>Раздел 2.</b> Профилактика профессионального стресса <b>Тема:</b> Работоспособность как	Реферат На основе анализа литературы по проблеме работоспособности как функционального	ПК-1  Способен анализировать, модифицировать, проектировать и применять	ИДКПК1.1  Осуществляет проблемный анализ, модификацию и разработку

	функциональное состояние.	состояния сотрудника (не менее 10 источников, выбранных самостоятельно) подготовьте стратегию универсальной составляющей технологии психологического консультирования по проблемам сохранения работоспособности . Оформите результаты работы в форме реферата.	технологии психологического консультирования для решения практических задач в сфере профессиональной деятельности	технологий психологического консультирования менеджеров и сотрудников организации по проблемам психологической безопасности и комфортности условий труда и организационно-коммуникационной среды в организации на основе психологической диагностики, мониторинга и экспертизы
	<p><b>Раздел 2.</b> Профилактика профессионального стресса <b>Тема:</b> Профессиональная адаптация: критерии, организационные факторы</p>	<p>Реферат На основе анализа литературы по проблеме профессиональной адаптации сотрудника (не менее 10 источников, выбранных самостоятельно) подготовьте стратегию универсальной составляющей технологии психологического консультирования по проблемам адаптации. Оформите результаты работы в форме реферата.</p>	<p>ПК-1 Способен анализировать, модифицировать, проектировать и применять технологии психологического консультирования для решения практических задач в сфере профессиональной деятельности</p>	<p>ИДК<sub>ПК1.2</sub> Осуществляет проблемный анализ, модификацию и разработку технологий психологического консультирования менеджеров и сотрудников организации по проблемам адаптации на рабочем месте, повышения квалификации и возможностей карьерного роста на основе психологической диагностики, мониторинга и экспертизы</p>

#### 4.4. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

##### Методические рекомендации по подготовке рефератов

Выбор темы реферата осуществляется на основе перечня тем, представленных в программе по данной дисциплине.

Студенты могут предложить собственную тему (или уточнить редакцию предлагаемой темы) по согласованию с преподавателем, но только в рамках программы изучаемого курса. Приступая к подготовке реферата, помните, что ваша главная цель – глубоко осмыслить материал по теме реферата, объективно и корректно изложить положения авторов текстов-источников и сформулировать собственное отношение к изложенному.

Подберите литературу по теме реферата. Внимательно прочитайте и проанализируйте выбранные источники: вычлените наиболее важную проблематику по избранной теме, сущность точек зрения авторов и излагаемых ими подходов. Выпишите основные положения, которые могут составить содержание вашего реферата.

В качестве литературных источников могут быть использованы различные материалы. Однако, в первую очередь, следует обратиться к перечню источников, данных в списке литературы к теме.

Сравните информацию изучаемых источников, определите общее и различия, выберите базовый источник, где тема, на ваш взгляд, изложена наиболее полно. Составьте план реферата. Он должен включать в себя следующие разделы: а) Введение (представление темы реферата):

- 1) Цель и задачи реферата,
- 2) Актуальность рассматриваемой проблемы;
- б) Главная часть (аналитическое изложение рассматриваемой проблемы):
  - 1) Формулировка вопросов темы (как правило, не более 3-х),
  - 2) Письменное изложение содержания рассматриваемых вопросов;
- в) Заключение (выводы, которые должны быть сделаны автором по исследованным источникам, и мнение автора по рассмотренным вопросам реферата);
- г) Библиография (список литературы, использованной при написании работы, с указанием исходных данных).

Сделайте целевое перераспределение информации источников в соответствии с планом реферата.

Синтезируйте выбранные вами материалы из различных источников в собственный логически связанный текст с элементами собственного анализа и критической оценки позиции авторов, при этом возможна аргументация позиции автора реферата при присоединении его к одной из точек зрения или описываемым положениям.

Прочитайте написанный вами текст реферата. Проанализируйте его с точки зрения точности и адекватности изложения позиций авторов текстов-источников. Сделайте оценку собственной аргументации выдвинутых (изложенных) вами положений.

Отредактируйте написанный текст, наберите на компьютере через 1.5 интервала.

Оформление работы Реферат должен иметь:

- а) Титульный лист.
- б) План реферата, с указанием страниц разделов (вопросов) реферата.
- в) Введение.
- г) Текстовое изложение главной части, в соответствии с разделами (вопросами) плана реферата.
- д) Заключение (в конце реферата).
- е) Иллюстрированный материал (таблицы, графики, рисунки лучше давать в тексте реферата).
- ж) Список литературы дается на отдельных страницах (странице) после текстового изложения материала.
- з) Сноски на источники, использованные при написании реферата, целесообразно делать на страницах текста внизу, там, где они приводятся.
- и) Приложения приводятся в конце реферата.

Нумерация страниц реферата должна быть сквозной (титульный лист не нумеруется, следующая за ним страница идет под №2).

Текстовое расположение материала должно быть на стандартных листах (поле слева – 3 см.,

верхнее и нижнее поле – 2 см.).

Реферат скрепляется скоросшивателем или может быть представлен в специальной папке. Объем реферата должен соответствовать 10-15 страницам печатного (набранного) текста (шрифт №14), через 1,5 интервала.

#### **Рекомендация по выполнению практического задания.**

Самостоятельные задания по курсу имеют творческий, практико-ориентированный характер и составлены с учетом актуальных для данного раздела курса.

Прежде, чем приступить к выполнению проектного задания, необходимо разобраться с сущностью и функциями того документа или системы, которую вам необходимо разработать. Для этого важно обратиться к нормативным документам, определяющим и регламентирующим данную систему или методическим рекомендациям по ее разработке. После установления сущности объекта, который вы проектируете, необходимо выяснить структуру этого документа (какие компоненты и в какой очередности должны быть представлены в документе).

Следующим этапом необходимо смоделировать основные характеристики того учреждения, для которого предназначается разрабатываемый вами документ, так как не может быть документа (проекта) безотносительно к условиям конкретной организации. В процессе моделирования можно использовать образ конкретной, знакомой вам организации, сконструировать собирательный образ или создать идеальную модель на основе воображения. Модель организации должна быть представлена на проверку преподавателю вместе с разрабатываемым документом в лаконичной форме, можно в форме таблицы.

После конкретизации модели организации, необходимо определиться с ключевой идеей, которую вы реализуете в проекте. Эту идею необходимо отразить во всех структурных компонентах документа, чтобы они не входили в противоречия между собой.

Подготовленный проект сдается преподавателю в любое время в течение семестра, анализируется, рецензируется и оценивается в соответствии со следующими критериями:

- актуальность рассматриваемой проблемы;
- соответствие предлагаемой идеи современным тенденциям развития;
- оптимальность решения проблемы;
- системность всех компонентов представленного проекта;
- соответствие проектных предложений и методов их реализации требованиям;
- творческий, не стандартный подход к решению проблемы.

После проверки, согласования и доработки организуется защита проекта на семинарском занятии или во время групповых консультаций.

Основная цель практических занятий - приобретение и развитие практико-ориентированных умений и навыков на основе учебной информации по данному курсу.

Информационную основу задания составляют материалы лекций по предмету. Необходимо, прежде всего, обратиться к лекциям, выделить темы, непосредственно связанные с вопросами задания. Выбранную таким образом информацию необходимо проанализировать и систематизировать, так как системно представленная информация усваивается быстрее и качественнее.

Рекомендуемая литература не исчерпывает полностью перечень публикаций по проблеме, поэтому не стоит ограничиваться данным списком.

#### **4.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов)**

Курсовые работы не предусмотрены.

### **V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

#### **а) Перечень литературы**

1. Либина, Алена Владимировна. Психология совладания [Электронный ресурс] : Учебное пособие для вузов / А. В. Либина. - 2-е изд., пер. и доп. - Электрон. текстовые дан. - Москва : Юрайт, 2020. - 318 с. - (Высшее образование). - ЭБС "Юрайт". - Неогранич. доступ. – ISBN 978-5-534-11605-2: 809.00 р. URL: <https://urait.ru/bcode/449260> (дата обращения: 10.02.2021).
2. Мандель, Б. Р. Психология стресса [Электронный ресурс] / Б. Р. Мандель. - Электрон. текстовые дан. - Москва : ФЛИНТА, 2014. - ЭБС "Лань". - неогранич. доступ. – ISBN 978-9765-2005-9 [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=51882](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=51882)
3. Сидоров, Павел Иванович. Психология катастроф : учеб. пособие / П. И. Сидоров, И. Г. Мосягин, С. В. Маруняк ; ред. П. И. Сидоров. - М. : Аспект Пресс, 2008. - 414 с. ; 21 см. - Библиогр.: с. 400-414. – ISBN 978-5-7567-0486-0.

## б) периодические издания

### перечень печатных журналов

№	Наименование журналов:	Период. /полуг.	2018г.	2019 г.	2020 г.	2021	2022
1	Вестник образования России	12	24	24	24	24	-
2	Вопросы образования	2	4	4	4	4	-
3	Вопросы психологии	3	6	6	6	6	-
4	Воспитание школьников	4	8	8	8	8	8
5	Высшее образование в России	6	11	12	12	12	-
6	Высшее образование сегодня	6	12	12	12	12	12
7	Гуманитарные науки в Сибири	4	4	4	4	4	-
8	Детский сад: теория и практика	6	12	---	---	-	-
9	Дошкольное воспитание	6	12	12	12	12	12
10	Начальная школа	6	12	12	12	12	-
11	Открытое и дистанционное образование	2	4	4	---	-	-
12	Педагогика	5/6	10	10	12	12	-
13	Психологический журнал	3	6	6	---	-	-
14	Сибирский психологический журнал	2	4	4	4	4	-

### перечень электронных журналов

№ п/п	Наименование журнала	Периодичность выпусков в год										
		2012г	2013г	2014г	2015г	2016г	2017г	2018г	2019г	2020г	2021г	2022г
.	Вестник Московского университета. Серия 14: Психология	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
.	Вопросы психолингвистики	2	2	2	2	4	-	-	-	-	-	-
.	Педагогика	10	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-
.	Психологический журнал	-	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6

## г) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

№	Перечень
1	<a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a> - крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования, содержащий рефераты и полные тексты более 14 млн. научных статей и публикаций;
2	<a href="http://e.lanbook.com/">http://e.lanbook.com/</a> ЭБС «Издательство Лань», коллекция «Психология. Педагогика»
3	<a href="https://isu.bibliotech.ru/">https://isu.bibliotech.ru/</a> ЭБС ЭЧЗ «Библиотех»

4	<a href="http://rucont.ru/">http://rucont.ru/</a> ЭБС Национальный цифровой ресурс «Руконт» электронные версии печатных изданий раздел «Психология»
5	<a href="http://ibooks.ru">http://ibooks.ru</a> электронная библиотека ЭБС «Айбукс.ру», Электронная библиотека «Интуит.ру»
6	<a href="http://diss.rsl.ru/">http://diss.rsl.ru/</a> Электронная библиотека диссертаций РГБ
7	<a href="http://azps.ru">http://azps.ru</a> – сайт по психологии: описание психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов
8	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> -Федеральный образовательный портал
9	<a href="https://www.koob.ru/">https://www.koob.ru/</a> – электронная библиотека психологической литературы
10	Поисковые системы: Yandex, Google и др.

## VI. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

<p>Специальные помещения: Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа.</p>	<p>Аудитория оборудована:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Специализированной учебной мебелью</i> на 30 посадочных мест;</li> <li>Доска настенная магнитно-меловая, одноэлементная – 1 шт.</li> <li>Стол-кафедра – 1 шт.</li> <li>Стол преподавателя,- 1 шт.; стул -1 шт.</li> <li>- <i>Техническими средствами обучения</i>, служащими для представления учебной информации большой аудитории по дисциплине:</li> <li>- стационарный ПК – 1 шт.;</li> <li>- проектор Epson EB-X18;</li> <li>- экран ScreenMedia;;</li> <li>- колонки Sven.</li> <li>- <i>Учебно-наглядными пособиями:</i></li> <li>Тематические иллюстрации в виде презентации по каждой теме РПД дисциплины.</li> <li>- <i>Программным обеспечением:</i></li> <li>Офисный пакет приложений Microsoft Office (в т.ч. программа для создания и демонстрации презентаций иллюстраций и других учебных материалов по дисциплине MicrosoftPowerPoint)..</li> </ul>
<p>Специальные помещения: Компьютерный класс (учебная аудитория) для групповых и индивидуальных консультаций, организации самостоятельной работы, в том числе, научно исследовательской.</p>	<p>Аудитория оборудована:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Специализированной учебной мебелью</i> на 25 посадочных мест;</li> <li>Стол преподавателя- 1 шт.;</li> <li>стул -2 шт.</li> <li>- <i>Техническими средствами обучения</i>, служащими для представления учебной информации большой аудитории по дисциплине:</li> <li>ПК – 20 шт,</li> <li>с неограниченным доступом к сети Интернет,</li> <li>1 принтер, 1 сканер, 1 МФУ - <i>Программным обеспечением:</i></li> <li>Офисный пакет приложений Microsoft Office.</li> </ul>

### 6.1. Учебно-лабораторное оборудование:

Не используется

### 6.2. Программное обеспечение:

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

(подробная информация размещена на сайте ИГУ).

№ п/п	Наименование
1.	Антиплагиат.ВУЗ
2.	Adobe Reader DC 2019.008.20071
3.	Видео конференц система bbb.isu.ru BigBlueButton
4.	Google Chrome
5.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian
6.	Mozilla Firefox
7.	Java 8
8.	OpenOffice 4.1.3
9.	PDF24Creator 8.0.2
10.	Skype 7.30.0
11.	VLC Player 2.2.4
12.	WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc.
13.	7zip

### **6.3. Технические и электронные средства обучения:**

1. Информационные и контролирующие материалы на странице «Управление исследовательской и проектной деятельностью» Образовательного портала Иркутского государственного университета <https://educa.isu.ru/login/index.php>, включая:

- презентации по всем темам курса,
- информационно-справочные материалы,
- фрагменты видеофильмов,
- комплекты плакатов, схем и моделей,
- тестовых заданий.

2. Информационные и контролирующие материалы по дисциплине «Управление исследовательской и проектной деятельностью» в чате skype: <https://join.skype.com/W5XdFb5Pa7C2>,

- информационно-справочные материалы,
- фрагменты видеофильмов,
- комплекты плакатов, схем и моделей,
- тестовых заданий.

## **VII. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Во время лекционных занятий используются следующие технологии и их комбинации: методы активизации традиционных лекционных занятий; проблемная лекция; лекция-визуализация; лекция-консультация; лекция с запланированными ошибками и др.

Во время проведения семинарских занятий используются следующие технологии: работа в

группах – решение проблемных ситуаций в соответствии с содержанием курса, презентации с использованием компьютеров, ролевые игры, анализ и планирование исследовательской деятельности, подготовка и публичная защита результатов мини исследования; активное слушание; дискуссии; игровые методы обучения; занятия с применением затрудняющих условий; методы группового решения творческих задач; метод case-study, метод проектов; тренинг.

Самостоятельная работа учащихся предполагает самостоятельную работу с источниками информации, в том числе с использованием ИКТ-технологий; портфолио, проектирование исследовательской деятельности и публичную защиту проектов, участие в мероприятиях научно-исследовательского и социально-проектного плана (методологические психологические семинары, конференции психологов).

Использование этих методов позволяет решить задачи курса, обеспечивает развитие заявленных компетенций, включая развитие профессионально-важных качеств личности магистрантов.

#### **Наименование тем занятий с использованием активных и интерактивных форм обучения**

№	Тема занятия	Вид занятия	Форма / Методы интерактивного обучения	Кол-во часов
2	<b>Раздел 1. Тема.</b> Личностная проблема как сложная жизненная ситуация	Семинар	Активное слушание; Метод дискуссии	2
	<b>Раздел 2. Тема.</b> Модель консультирования по принятию решений.	Семинар	Методы группового решения творческих задач; Метод case-study,	2
	<b>Раздел 3. Тема.</b> Современные психологические технологии	Семинар	Игровые методы обучения; Тренинг	2
Итого часов				6

### **VIII. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

#### **Оценочные материалы (ОМ):**

##### Оценочные материалы для входного контроля

Для входного контроля используются фронтально-групповые беседы с целью определения актуального состояния компетенций, развитие которых предполагается данным курсом. Объектом беседы являются аспекты психологического консультирования, освоенные в ОПОП бакалавриата. Кроме того, используется метод ассоциаций для актуализации умений студентов в области консультативной деятельности.

##### Оценочные материалы текущего контроля формируются в соответствии с ЛНА университета

Для оценки уровня сформированности компетенции «ПК-3 Способен применять психологические технологии вмешательства профилактического, развивающего характера для отдельных лиц или групп, находящихся в трудной жизненной ситуации» используются следующие методы.

При оценке сформированности индикатора «ИДКПК3.1 Применяет психологические технологии просвещения и профилактики субъектов профессиональной деятельности на основе анализа психических процессов, состояний и индивидуальных различий

1. Практические задания.

Примерные практические задания:



- Подготовка и обоснование техник управления стрессом для клиента в ситуации, заданной преподавателем
- Подготовка и обоснование программы профилактики стресса на рабочем месте сотрудника на основе анализа психических процессов, состояний и индивидуальных различий

## 2. Подготовка реферата.

Примерные задания по подготовке реферата.

- На основе анализа литературы по проблеме работоспособности как функционального состояния сотрудника (не менее 10 источников, выбранных самостоятельно) подготовьте стратегию универсальной составляющей технологии психологического консультирования по проблемам сохранения работоспособности. Оформите результаты работы в форме реферата.

При оценке сформированности индикатора «ИДКПК3.2 Применяет психологические технологии вмешательства развивающего характера, включая элементы тренинга, в рамках психологического консультирования, направленного на развитие качеств, необходимых сотрудникам для самостоятельной жизни и социализации в профессии»:

### 1. Практические задания.

Примерные практические задания:

- Подготовка и обоснование основных положений программы профилактики профессионального стресса, включая диагностический этап, для ситуации, заданной преподавателем
- Подготовка программы консультирования с элементами тренинговых упражнений с целью профилактики стресса на рабочем месте

## 2. Подготовка реферата.

Примерные задания по подготовке реферата.

- На основе анализа литературы по проблеме работоспособности как функционального состояния сотрудника (не менее 10 источников, выбранных самостоятельно) подготовьте стратегию универсальной составляющей технологии психологического консультирования по проблемам сохранения работоспособности. Оформите результаты работы в форме реферата.

При оценке сформированности индикатора ИДКПК3.3 Создает и реализует программы психологической помощи сотрудникам организации, включая активизацию личностных ресурсов самоактуализации в профессии, в том числе на основе межведомственных команд.»:

### 1. Практические задания.

Примерные практические задания:

- На основе заданной преподавателем экстремальной ситуации в организации и психологической характеристики сотрудника сделать обоснованный прогноз вероятности, типа и соответствующей психологической помощи для данного сотрудника
- Подготовка социально-психологической программы активизации личностных ресурсов самоактуализации сотрудника в профессии

## 2. Подготовка реферата.

Примерные задания по подготовке реферата.

- На основе анализа литературы по проблеме профессиональной адаптации сотрудника (не менее 10 источников, выбранных самостоятельно) подготовьте стратегию универсальной составляющей технологии психологического консультирования по проблемам адаптации. Оформите результаты работы в форме реферата.

## **Оценочные материалы для промежуточной аттестации в форме (зачет)**

Промежуточная аттестация – зачет.

Зачет проводится в форме собеседования.

При выставлении итоговых оценок по дисциплине учитывается результативность собеседования и качество и полнота выполнения практических заданий, предполагаемых

программой курса и описанных выше – практических заданий и рефератов.

## **УНИВЕРСАЛЬНЫЕ КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УСТНЫХ ОТВЕТОВ И ВЫСТУПЛЕНИЙ**

Кейсы: 1) «отлично» / «зачтено» выставляется при соблюдении следующих условий: четкая формулировка проблемы, полное и соответствующее ситуации решение, предполагаемые действия описаны логично и последовательно, даны конкретные комментарии и предложения к решению ситуации; 2) «хорошо» / «зачтено» выставляется при соблюдении следующих условий: понимание сути проблемы, формулирование проблемы в целом соответствует основным требованиям, но имеются незначительные неточности, решение соответствует ситуации, логика и последовательность действий не нарушены; 3) «удовлетворительно» / «зачтено» выставляется при соблюдении следующих условий: проблема сформулирована с ошибками, приведен набор действий, потенциально способствующих улучшению ситуации и решению проблемы; 4) «неудовлетворительно» / «не зачтено» выставляется в том случае, если решение не сформулировано, и/или предложенный перечень мероприятий не соответствует ситуации.

Ролевые игры: 1) качество теоретической и практической подготовки к ролевой игре; 2) владение содержанием концепции, которой посвящена ролевая игра; 3) соблюдение требований конкретной формы ролевой игры (консультационного процесса, конференции психологов или практического семинара для психологов). Кроме того, к оценке работы участников ролевой игры применяются критерии в зависимости от их функций в конкретной ролевой игре. Так работа студентов, выполняющих роль экспертов оценивается по критериям: анализ всей игры и исполнителей конкретных ролей; соблюдение условий ролевой игры участниками и т.д.

Дискуссии: 5 баллов выставляется студенту, если он активно участвует в дискуссии, полностью раскрывая обсуждаемый вопрос, правильно отвечает на уточняющие вопросы, демонстрируя знания, выходящие за рамки учебного плана, демонстрирует свою авторскую позицию; 4 балла выставляется студенту, если он участвует в дискуссии, в целом смог раскрыть тему и дать правильные ответы на вопросы, иногда демонстрируя авторскую позицию, базовый уровень знаний материала; 3 балла выставляется, если студент принимает участие в обсуждении, но не во всех вопросах, не полностью раскрыл тему и не смог аргументированно дать ответы на вопросы. Не может сформулировать свою авторскую позицию; 2-1 балл выставляется, если студент пассивен, не полностью раскрыл тему и не смог обосновать ответы на вопросы, не высказывает свою точку зрения; 0 баллов выставляется, если студент не принимает участие в работе группы, не раскрыл тему.

Ответ студента на теоретический вопрос: 1) «отлично» выставляется, если ответ отличается глубиной и полнотой, свободным владением понятийно-категориальным аппаратом изученной дисциплины, отражает знание не только основной, но и дополнительной литературы, приводятся примеры, отражающие умение связать теорию с практикой, ответ изложен логически последовательно, грамотно и корректно; 2) «хорошо» выставляется, если ответ отличается полнотой, владением понятийно-категориальным аппаратом, но в ответе могут присутствовать неточности, отражает знание основной литературы, приведены примеры, отражающие умение связать теорию с практикой, ответ изложен логически последовательно, грамотно и корректно, но недостаточно аргументирован; 3) «удовлетворительно» выставляется студенту в случае знания понятийно-категориального (терминологического) аппарата, но присутствуют отдельные ошибки и неточности, ответ характеризуется недостаточным знанием рекомендованной литературы, неполный, носит фрагментарный, непоследовательный характер; 4) «неудовлетворительно» выставляется, если ответ характеризуется незнанием материала,

либо фрагментарным представлением, содержит множество ошибок, примеры и иллюстрации отсутствуют, ответ логически непоследователен.

### **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ**

Критерии оценки реферата: 1) «отлично» - соответствие содержания реферата его теме, наличие продуманного плана изложения материала, самостоятельный анализ и обобщение научных работ по теме реферата, структурирование информации, оформление реферата в соответствии с требованиями; 2) «хорошо» - соответствие содержания реферата его теме, наличие плана изложения материала, небольшие недочеты в структурировании информации и оформлении реферата; 3) «удовлетворительно» - в целом соответствие содержания реферата его теме, отсутствие полноты анализа научных источников по теме реферата, наличие недочетов в структурировании материала и оформлении реферата; 4) «неудовлетворительно» - несоответствие содержания реферата его теме, фрагментарность и отсутствие анализа научных источников по теме реферата, существенные недочеты в оформлении реферата.

Критерии оценки эссе. Эссе – самостоятельная творческая работа по определенной теме или вопросу изучаемой дисциплины. Как правило, эссе имеет небольшой объем (2-3 с. печатного текста), пишется в свободной стилистике и оценивается по следующим критериям: владение теоретическим материалом, его глубокое понимание, самостоятельность рассуждений, аргументированность собственной позиции, логичность, последовательность изложения, владение психологической терминологией. Критерии оценки эссе: 1) «отлично» - соответствие всем критериям, 2) «хорошо» - соответствие критериям: владение теоретическим материалом, его глубокое понимание, самостоятельность рассуждений и аргументированность собственной позиции; незначительные недочеты в последовательности изложения и используемой терминологии; 3) «удовлетворительно» - соответствие критериям владение теоретическим материалом, его глубокое понимание, отсутствие аргументированности своей позиции, недочеты в структурировании и в использовании терминологии; 4) «неудовлетворительно» - слабое владение теоретическим материалом, существенные ошибки в его понимании, неграмотное использование психологической терминологии.

Критерии оценки выполнения задания для самостоятельной работы: 1) если студент без ошибок и в срок выполнял задания, данные преподавателем, то ему ставится отметка в баллах ( $max=5$  баллов) в образовательном портале EDUCA напротив соответствующего задания; 2) если студент с грубыми ошибками выполнил задание или не выполнил его вовсе, то ему ставится 0 баллов. До экзамена (зачета) студент, получивший отметку 0 баллов, должен внести правки, отмеченные преподавателем и разместить в образовательном портале задание ещё раз.

Критерии оценки тестирования по разделам или темам дисциплин на образовательном портале EDUCA: «отлично» - 86 и более баллов; «хорошо» - 70 и выше баллов; «удовлетворительно» - 60 баллов; «неудовлетворительно» - менее 60 баллов.


### **Суммарные критерии оценивания результатов обучения:**

Итоговый семестровый рейтинг ( $S_{итог}$ )	Академическая оценка
60-69 баллов	«удовлетворительно»
70...85 баллов	«хорошо»
86...100 баллов	«отлично»

### **Разработчик:**





Зав. кафедрой социальной, экстремальной и пенитенциарной психологии, д-р психол. наук, проф. А.В. Глазков

Программа рассмотрена на заседании кафедры Социальной, экстремальной и пенитенциарной психологии  
«12» мая 2021 г.  
Протокол № 8  
Зав. кафедрой  А.В. Глазков

*Настоящая программа, не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.*

## ЛИСТ ОБНОВЛЕНИЯ

Программа актуализирована  
Внесены изменения в следующие разделы программы:

Дата	Внесённые обновления	Подпись автора	Подпись заведующего кафедрой
25.08.2022 г.	Обновлён список литературы Обновлён перечень периодических изданий		
20.08.2023 г.	Обновлён перечень программного обеспечения Изменены критерии оценки по разным формам контроля	