

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И  
ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

---

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС

Кафедра психологии

УТВЕРЖДЕНА

кафедрой психологии

Протокол от «15» 09 2021 г. № 2

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
адаптированная для обучающихся инвалидов и обучающихся с  
ограниченными возможностями здоровья  
Б1.В.ДВ.02.02 Психопрофилактика профессиональных деструкций**

40.03.01 Юриспруденция

*направленность (профиль) Гражданско-правовой*

бакалавр

*(квалификация)*

очная, заочная

*(форма(ы) обучения)*

Год набора - 2021

Новосибирск, 2021 г.

**Автор–составитель:**

доцент кафедры психологии, канд.психол.наук, Рубцова М.О.

Зав. кафедрой психологии, канд. психол. наук, доцент Войтик И.М.

## Оглавление

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения адаптированной программы.....	4
2. Объем и место дисциплины (модуля) в структуре ОП ВО.....	6
3. Содержание и структура дисциплины .....	6
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).....	8
4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации.....	8
4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся .....	10
4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации .....	11
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	17
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) .....	18
6.1. Основная литература .....	19
6.2. Дополнительная литература .....	19
6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы .....	19
6.4. Нормативные правовые документы .....	19
6.5. Интернет-ресурсы .....	19
6.6. Иные источники .....	20
7. Материально-техническая база, информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).....	20

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения адаптированной программы

1.1. Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 Психопрофилактика профессиональных деструкций обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом этапа для очной формы обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции	<sup>1</sup> Код этапа освоения компетенции	<sup>2</sup> Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС -5	Способен проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества в социально-историческом и философском контекстах, соблюдать нормы этики и использовать дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК ОС -5.2	Способен выстраивать свое поведение в социальной и профессиональной среде с учетом этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и психофизиологических особенностей
УК ОС -6	Способен выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС – 6.1	Способен формировать эффективную траекторию профессионального саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
УК ОС - 8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК ОС – 8.2	Способен к формированию психологических установок правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов

<sup>1</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2. ООП ВО Планируемые результаты освоения образовательной программы – перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы (паспорта компетенций) и описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

<sup>2</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2.

1.2. Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 Психопрофилактика профессиональных деструкций обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом этапа для заочной формы обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции	<sup>3</sup> Код этапа освоения компетенции	<sup>4</sup> Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС - 5	Способен проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества в социально-историческом и философском контекстах, соблюдать нормы этики и использовать дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК ОС -5.2	Способен соблюдать нормы этики, использовать знания психологии и дефектологические знания в профессиональной сфере
УК ОС - 6	Способен выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС – 6.2	Способен реализовывать траекторию профессионального саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.
УК ОС - 8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК ОС – 8.2	Способен к формированию психологических установок правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов

1.3. В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

Профессиональные действия <sup>5</sup>	<sup>6</sup> Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения <sup>7</sup>
--	---	----------------------------------

<sup>3</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2. ООП ВО Планируемые результаты освоения образовательной программы – перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы (паспорта компетенций) и описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

<sup>4</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2.

<sup>5</sup> УМС не регламентирует.

<sup>6</sup> Указывать в соответствии с Приложением 1.2.

консультирование по правовым вопросам	УК ОС -5.2	на уровне знаний: влияния этнических, религиозных, гендерных, возрастных условий на формирование личности и ее особенностей
		на уровне умений: учитывать влияние этнических, религиозных, гендерных, возрастных условий на формирование личности; соблюдать этические нормы при взаимодействии с другими людьми
	УК ОС - 6.1 УК ОС – 6.2	на уровне знаний: этапов личностного и профессионального развития
		на уровне умений: построение траектории личностного и профессионального саморазвития
	УК ОС – 8.2	на уровне знаний: закономерностей развития стресса, конфликта, кризиса, напряжения
		на уровне умений: формирование адекватных психологических установок совладания с психическим напряжением

## 2. Объем и место дисциплины (модуля) в структуре ОП ВО

Дисциплина «Психопрофилактика профессиональных деструкций» (Б1.В.ДВ.02.02) относится к вариативной части и в соответствии с учебным планом осваивается на 1 курсе во 2 семестре в очной форме обучения.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е. (72 а.ч.)

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий), в том числе и на самостоятельную работу обучающихся:

- очная форма обучения: лекции – 8 а.ч., практические занятия – 10 а.ч., самостоятельная работа – 54 ч.

\_ заочная форма обучения: лекции – 4 а.ч., практические занятия – 4 а.ч., КСР – 4 а.ч., самостоятельная работа – 60 ч.

Форма промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом – зачёт (2 семестр).

## 3. Содержание и структура дисциплины

### Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Тема 1	Профилактика профессионального стресса	14	2		2		10	О
Тема 2	Профилактика эмоционального	14	2		2		10	О

<sup>7</sup> Указаны в соответствии с типовым содержанием (дидактическими единицами) дисциплины. При разработке ООП ВО необходимо соотнести с планируемым образовательным результатом – компетенцией и уточнить в соответствии с Приложением 1.2. ООП ВО.

	выгорания							
Тема 3	Профилактика профессиональных кризисов	14	2		2		10	О
Тема 4	Профилактика зависимого поведения	14	2		2		10	О
Тема 5	Приемы эмоциональной саморегуляции	16	-		2		14	Т
Промежуточная аттестация		зачет						
<b>Всего:</b>		<b>72</b>	<b>8</b>		<b>10</b>	<b>4</b>	<b>54</b>	<b>Ак.час.</b>
		<b>54</b>						<b>Ас.час.</b>

### *Заочная форма обучения*

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л	ЛР	ПЗ	КСР		
Тема 1	Профилактика профессионального стресса	14	1		1		12	О
Тема 2	Профилактика эмоционального выгорания	14	1		1		12	О
Тема 3	Профилактика профессиональных кризисов	14	1		-		12	О
Тема 4	Профилактика зависимого поведения	14	1		1		12	О
Тема 5	Приемы эмоциональной саморегуляции	16	-		1		12	Т, ПЗ
Промежуточная аттестация		зачет						
<b>Всего:</b>		<b>72</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	<b>4</b>	<b>60</b>	<b>Ак.час.</b>
		<b>54</b>						<b>Ас.час.</b>

*Примечание:* формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т); практическое задание (ПЗ), форма промежуточной аттестации: зачет (За).

О опрос	Для лиц с нарушениями зрения: Опрос устный Для лиц с нарушениями слуха: Опрос письменный Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Опрос устный/ письменный
Т тестирование	Для лиц с нарушениями зрения: Тестирование

	Для лиц с нарушениями слуха: Тестирование Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Тестирование
ПЗ практическое задание	Для лиц с нарушениями зрения: Письменные практические задания Для лиц с нарушениями слуха: Письменные практические задания Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Письменные практические задания

### Содержание дисциплины

#### **Тема 1. Профилактика профессионального стресса**

Понятие «стресс», динамика стресса. Особенности психологического, эмоционального стресса. Индивидуальные особенности реагирования в стрессовой ситуации. Организационный стресс и его причины. Профессиональный стресс и его условия. Стрессменеджмент как система управления стрессом.

#### **Тема 2. Профилактика эмоционального выгорания**

Понятие «эмоциональное выгорание», его компоненты и динамика развития. Условия способствующие развитию эмоционального выгорания. Роль особенностей личности в развитии эмоционального выгорания. Понятие «профессиональная деформация» и условия ее развития. Способы профилактики эмоционального выгорания и профессиональной деформации.

#### **Тема 3. Профилактика профессиональных кризисов**

Понятие «кризис», «профессиональный кризис», его структура и динамика. Условия развития профессиональных кризисов. Роль мотивационно-потребностной сферы личности в профессиональном развитии специалиста. Профессиональный кризис как ресурс развития. Способы предупреждения и прохождения профессиональных кризисов.

#### **Тема 4. Профилактика зависимого поведения**

Понятие «зависимое поведение», его виды. Механизм формирования аддиктивного поведения и динамика его развития. Роль эмоционально-волевых процессов и особенностей личности в развитии зависимого поведения. Способы профилактики и коррекции зависимого поведения.

#### **Тема 5. Приемы эмоциональной саморегуляции**

Понятие «саморегуляция», ее виды, формы. Механизмы саморегуляции. Роль психологической защиты в психической организации человека. Методы психологической саморегуляции: техники дыхания, мышечной релаксации, валидации эмоций, когнитивной фокусировки. Понятие «осознанность» и приемы ее тренировки.

### **4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

#### **4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации.**

Тема		Методы текущего контроля успеваемости
Тема 1	Профилактика профессионального стресса	Устный/письменный опрос
Тема 2	Профилактика эмоционального выгорания	Устный/письменный опрос



Тема 3	Профилактика профессиональных кризисов	Устный/письменный опрос
Тема 4	Профилактика зависимого поведения	Устный/письменный опрос
Тема 5	Приемы эмоциональной саморегуляции	Выполнение практического задания

<b>Методы текущего контроля успеваемости</b>	
Устный ответ на вопросы Письменный ответ на вопросы	Для лиц с нарушениями зрения: Устный ответ на вопросы Для лиц с нарушениями слуха: Письменный ответ на вопросы Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Устный ответ на вопросы
Выполнение практического задания	Для лиц с нарушениями зрения: Выполнение письменных практических заданий, заданных преподавателем в устной форме или размещенных в электронном виде в кабинете студента, где используется специализированное программное обеспечение. Для лиц с нарушениями слуха: Выполнение письменных практических заданий, заданных преподавателем в письменной форме, или размещенных в электронном виде в кабинете студента Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Выполнение письменных практических заданий, заданных преподавателем в устной/письменной форме, или размещенных в электронном виде в кабинете студента

**Зачет проводится с применением следующих методов (средств):**

Зачет рекомендуется выставлять как итоговую оценку по результатам текущей успеваемости обучающегося и результатам выполнения обучающимся самостоятельной работы (участие в опросе, выполнение практических заданий, написание эссе, обращение к научным публикациям (статьям, монографиям), рекомендуемых преподавателем и др.) по каждой теме (разделу) дисциплины.

В случае, если обучающийся не освоил тему дисциплины, то зачет рекомендуется проводить в форме собеседования по вопросам к зачету и/или на основе компьютерного тестирования, в том числе посредством решения ситуационных задач.

Для обучающихся с нарушением зрения

Зачет проводится в устной (возможно с помощью ассистента или использованием специализированного программного обеспечения) форме по билетам. Содержание билета доводится до обучающегося ассистентом или с использованием специализированного программного обеспечения. Выполнение практических заданий проводится в устной/письменной форме (возможно с помощью ассистента или использованием специализированного программного обеспечения)

Для обучающихся с нарушением слуха

Зачет проводится в устной (возможно с помощью сурдопереводчика) или письменной форме по билетам. Выполнение практических заданий проводится в письменной форме.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата

Зачет проводится в устной (возможно с помощью ассистента или использованием специализированного программного обеспечения) форме по билетам. Выполнение практических заданий проводится в устной/ письменной форме (возможно с помощью ассистента или использованием специализированного программного обеспечения)

Для лиц с нарушениями зрения:

Выполнение письменных контрольных заданий, размещенных в электронном виде в СДО, где используется специализированное программное обеспечение. Электронное тестирование с использованием специализированного программного обеспечения или с помощью ассистента.

Для лиц с нарушениями слуха:

Выполнение письменных контрольных заданий, размещенных в электронном виде в СДО. Электронное тестирование

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

Выполнение письменных контрольных заданий, размещенных в электронном виде в СДО. Электронное тестирование с использованием специализированного программного обеспечения или с помощью ассистента.

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа или на выполнение заданий.

#### **4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся.**

Материалы текущего контроля успеваемости предоставляются в формах, адаптированных к конкретным ограничениям здоровья и восприятия информации обучающихся:

для лиц с нарушениями зрения: в устной форме или в форме электронного документа с увеличенным шрифтом с использованием специализированного программного обеспечения.

для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме или в форме электронного документа.

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в устной форме или печатной форме или в форме электронного документа.

При проведении текущего контроля успеваемости обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены СИУ – филиал РАНХиГС или могут использоваться собственные технические средства.

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа или на выполнение заданий.

#### **Пример оценочного материала к темам.**

##### **Типовые вопросы для устного/письменного опроса**

##### **Тема 1. Профилактика профессионального стресса**

1. Раскройте понятие «стресс», и его динамику.
2. В чем различия психологического и эмоционального стресса?
3. Какова роль индивидуальных особенностей личности в реагировании в стрессовой ситуации?
4. Каковы причины организационного стресса?
5. Каковы причины профессионального стресса?

6. Каковы цели и задачи стрессменеджмента?

### **Тема 2. Профилактика эмоционального выгорания**

1. Раскройте понятие «эмоциональное выгорание», его компоненты и динамику развития.
2. Каковы условия способствующие развитию эмоционального выгорания?
3. Какова роль особенностей личности в развитии эмоционального выгорания?
4. Раскройте понятие «профессиональная деформация» и условия ее развития.
5. Охарактеризуйте способы профилактики эмоционального выгорания и профессиональной деформации.

### **Тема 3. Профилактика профессиональных кризисов**

1. Раскройте понятие «кризис», «профессиональный кризис», его структуру и динамику.
2. Охарактеризуйте условия развития профессиональных кризисов.
3. Раскройте роль мотивационно-потребностной сферы личности в профессиональном развитии специалиста.
4. Раскройте значение профессионального кризиса как ресурса развития.
5. Охарактеризуйте способы предупреждения и прохождения профессиональных кризисов.

### **Тема 4. Профилактика зависимого поведения**

1. Раскройте понятие «зависимое поведение», его виды.
2. Опишите механизм формирования аддиктивного поведения и динамику его развития.
3. Раскройте роль эмоционально-волевых процессов и особенностей личности в развитии зависимого поведения.
4. Охарактеризуйте способы профилактики зависимого поведения.
5. Охарактеризуйте способы коррекции зависимого поведения.

### **Тема 5. Приемы эмоциональной саморегуляции**

1. Раскройте понятие «саморегуляция», ее виды, формы.
2. Опишите механизмы саморегуляции.
3. Раскройте роль психологической защиты в психической организации человека.
4. Опишите методы психологической саморегуляции: техники дыхания, мышечной релаксации, валидации эмоций, когнитивной фокусировки.
5. Раскройте понятие «осознанность» и приемы ее тренировки.

### **Типовые темы для написания эссе**

#### **Тема 5. Приемы эмоциональной саморегуляции**

##### **Темы эссе**

1. Мои способы совладания со стрессовыми ситуациями.
2. Роль моих особенностей личности в реагировании на стрессовые ситуации.
3. Особенности моего защитного поведения.
4. Мои способы регуляции эмоциональных состояний
5. Траектория моего профессионального развития.

### **Типовые практические задания**

#### **Тема 5. Приемы эмоциональной саморегуляции**

Составьте памятку для сотрудника организации по профилактике утомления.

Составьте памятку для сотрудника организации по профилактике стресса

Составьте памятку для сотрудника организации по управлению рабочим временем.

### **4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации.**

#### 4.3.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 Психопрофилактика профессиональных деструкций обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом этапа для очной формы обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции	<sup>8</sup> Код этапа освоения компетенции	<sup>9</sup> Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС -5	Способен проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества в социально-историческом и философском контекстах, соблюдать нормы этики и использовать дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК ОС -5.2	Способен выстраивать свое поведение в социальной и профессиональной среде с учетом этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и психофизиологических особенностей
УК ОС -6	Способен выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС – 6.1	Способен формировать эффективную траекторию профессионального саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
УК ОС - 8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК ОС – 8.2	Способен к формированию психологических установок правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 Психопрофилактика профессиональных деструкций обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом этапа для заочной формы обучения:

<sup>8</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2. ООП ВО Планируемые результаты освоения образовательной программы – перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы (паспорта компетенций) и описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

<sup>9</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2.

Код компетенции	Наименование компетенции	<sup>10</sup> Код этапа освоения компетенции	<sup>11</sup> Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС - 5	Способен проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества в социально-историческом и философском контекстах, соблюдать нормы этики и использовать дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК ОС -5.2	Способен соблюдать нормы этики, использовать знания психологии и дефектологические знания в профессиональной сфере;
УК ОС - 6	Способен выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС – 6.2	Способен реализовывать траекторию профессионального саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.
УК ОС - 8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК ОС – 8.2	Способен к формированию психологических установок правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов

**Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования (очная форма)**

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерий оценивания
УК ОС – 5.2 Способен выстраивать свое поведение в социальной и	Проявляет гибкость и корректность при взаимодействии с учетом этнических,	Проявляет гибкость и корректность при взаимодействии с учетом этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и психофизиологических

<sup>10</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2. ООП ВО Планируемые результаты освоения образовательной программы – перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы (паспорта компетенций) и описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

<sup>11</sup> УМС не регламентирует. Указывать в соответствии с Приложением 1.2.

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерий оценивания
профессиональной среде с учетом этнических, религиозных, гендерных, возрастных отличий и психофизиологических особенностей	религиозных, гендерных, возрастных отличий и психофизиологических особенностей. Демонстрирует знание психофизических особенностей развития лиц с психическими и (или) физическими недостатками для выстраивания своего поведения в социальной и профессиональной сфере	особенностей. Демонстрирует знание психофизических особенностей развития лиц с психическими и (или) физическими недостатками для выстраивания своего поведения в социальной и профессиональной сфере
УК ОС – 6.1 Способен формировать эффективную траекторию профессионального саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Формирует эффективную траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Корректно формирует и обосновывает эффективную траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
УК ОС – 8.2 Способен к формированию психологических установок правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов	Формирует психологические установки правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов	Правильно и обоснованно формирует психологические установки правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов

**Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования (заочная форма)**

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерий оценивания
УК ОС – 5.2 Способен соблюдать нормы этики, использовать знания	Соблюдает нормы этики, использует знания психологии и дефектологические	Постоянно соблюдает нормы этики, корректно использует знания психологии и дефектологические знания в профессиональной сфере

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерий оценивания
психологии и дефектологические знания в профессиональной сфере	знания в профессиональной сфере и профессиональной сфере	
УК ОС – 6.2 Способен реализовывать траекторию профессионального саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.	Использует методы самоменеджмента и самоорганизации для выстраивания собственной траектории развития	Эффективно использует методы самоменеджмента и самоорганизации для выстраивания собственной траектории развития
УК ОС – 8.2 Способен к формированию психологических установок правильного поведения при возникновении чрезвычайных обстоятельств и военных конфликтов	Демонстрирует знание основных алгоритмов поведения в целях предотвращения угроз безопасности жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Правильно и полно раскрывает содержание основных алгоритмов поведения в целях предотвращения угроз безопасности жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

#### 4.3.2 Типовые оценочные средства

Оценочные средства промежуточной аттестации предоставляется в доступной форме

для лиц с нарушениями зрения: в устной форме или в форме электронного документа с увеличенным шрифтом с использованием специализированного программного обеспечения

для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме или в форме электронного документа.

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в устной форме или печатной форме или в форме электронного документа.

##### **Рекомендуемые вопросы для зачета по дисциплине**

1. Раскройте понятие «стресс», и его динамику.
2. Какова роль индивидуальных особенностей личности специалиста в реагировании в стрессовой ситуации?

3. Каковы причины организационного и профессионального стресса?
4. Каковы цели и задачи стрессменеджмента в организации?
5. Раскройте понятие «эмоциональное выгорание», его компоненты и динамику развития.
6. Каковы условия способствующие развитию эмоционального выгорания у специалиста?
7. Какова роль особенностей личности специалиста в развитии эмоционального выгорания?
8. Раскройте понятие «профессиональная деформация» и условия ее развития.
9. Охарактеризуйте способы профилактики эмоционального выгорания и профессиональной деформации у сотрудников организации.
10. Раскройте понятие «кризис», «профессиональный кризис», его структуру и динамику.
11. Охарактеризуйте условия развития профессиональных кризисов.
12. Раскройте роль мотивационно-потребностной сферы личности в профессиональном развитии специалиста.
13. Раскройте значение профессионального кризиса как ресурса развития.
14. Охарактеризуйте способы предупреждения и прохождения профессиональных кризисов.
15. Раскройте понятие «зависимое поведение», его виды.
16. Опишите механизм формирования аддиктивного поведения и динамику его развития.
17. Раскройте роль эмоционально-волевых процессов и особенностей личности в развитии зависимого поведения.
18. Охарактеризуйте способы профилактики зависимого поведения.
19. Охарактеризуйте способы коррекции зависимого поведения.
20. Раскройте понятие «саморегуляция», ее виды, формы.
21. Опишите механизмы саморегуляции.
22. Раскройте роль психологической защиты в психической организации человека.
23. Опишите методы психологической саморегуляции: техники дыхания, мышечной релаксации.
24. Опишите методы психологической саморегуляции: техники валидации эмоций, когнитивной фокусировки.
25. Раскройте понятие «осознанность» и приемы ее тренировки.

### Шкала оценивания

Зачет	Критерии оценки
Незачтено	<p>Не выстраивает взаимодействие с учетом социальных и половозрастных особенностей партнера.</p> <p>Не применяет знание этических норм, психологических закономерностей в освоении умений профессиональной деятельности.</p> <p>Не владеет методами самоменеджмента и самоорганизации для выстраивания собственной траектории развития.</p> <p>Не полно раскрывает содержание основных алгоритмов поведения в целях сохранения здоровья.</p>
Зачтено	<p>Выстраивает взаимодействие с учетом социальных и половозрастных особенностей партнера. Применяет знание этических норм, психологических закономерностей в освоении умений профессиональной деятельности.</p> <p>Владеет методами самоменеджмента и самоорганизации для выстраивания собственной траектории развития.</p> <p>Полно раскрывает содержание основных алгоритмов поведения в целях сохранения здоровья.</p>



Промежуточная аттестация по дисциплине определяет уровень сформированности этапов компетенций, предусмотренных адаптированной образовательной программой.

Промежуточная аттестация по дисциплине осуществляется в соответствии с фондом оценочных средств в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации обучающихся.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов устанавливается с учётом индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

Порядок проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме для лиц с нарушениями зрения: в устной форме или в форме электронного документа с использованием специализированного программного обеспечения

для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме или в форме электронного документа.

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в устной форме или в печатной форме, или в форме электронного документа.

Обучающимся инвалидам и обучающимся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости по личному устному или письменному заявлению предоставляется дополнительное время для подготовки ответа или выполнения задания (не более чем на 30 мин.).

Ответы на вопросы и выполненные задания обучающиеся предоставляют в доступной форме:

для лиц с нарушениями зрения: в устной форме или в письменной форме с помощью ассистента, в форме электронного документа с использованием специализированного программного обеспечения

для лиц с нарушениями слуха: в электронном виде или в письменной форме.

для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в устной форме или письменной форме или в форме электронного документа (возможно с помощью ассистента).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения допускается использование дистанционных образовательных технологий, адаптированных для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены образовательным учреждением или могут использоваться собственные технические средства.

## **5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Изучение дисциплины ««Психопрофилактика профессиональных деструкций»» состоит в последовательном освоении 5 тем. Студенту рекомендуется изучить соответствующую литературу по каждой теме, сделать конспект, в котором отражаются ключевые моменты тем и подготовить ответы на вопросы.

При подготовке к практическим занятиям необходимо особое внимание уделять качеству усвоения теоретического материала, пониманию определений, положений различных подходов и т.д. При необходимости вынести вопросы, вызывающие затруднение, на групповое обсуждение и получить необходимые разъяснения от преподавателя. Студентам задается домашнее задание, которое необходимо выполнять регулярно.

### ***Методические рекомендации по подготовке к устному опросу***

Устные опросы на занятиях проводятся систематически, что способствует систематизации и более глубокого усвоения пройденного материала. В качестве домашнего задания студенту предлагается ответить на вопросы в устной или письменной форме. Для этого необходимо ознакомиться с рекомендуемой литературой по теме, выделить ключевые моменты (определения, классификации т.п.), возможно сделать конспект учебного материала.

### ***Методические рекомендации по выполнению практических заданий***

Выполнение практических заданий следует начинать с повторения теоретических материалов лекции на соответствующую тему, а также изучить дополнительную литературу по теме, рекомендованную преподавателем. Затем необходимо внимательно изучить формулировку задания, для того чтобы выполнить его наиболее точно и полно. По окончании выполнения практического задания необходимо кратко обозначить возникшие у студента трудности при выполнении задания и способы совладания с ними.

Итогом практических заданий является вывод о полученных результатах (где и каким образом можно использовать результаты в профессиональной деятельности психолога).

### ***Методические рекомендации для подготовки эссе***

Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных умозаключений. Эссе должно содержать чёткое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме (рекомендуемый объём эссе – 10 тысяч знаков).

## **6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья обеспечен предоставлением ему не менее чем одного учебного, методического печатного и/или электронного издания по дисциплине (включая электронные базы периодических изданий), в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для обучающихся с нарушениями зрения:

в форме электронного документа с использованием специализированного программного обеспечения;

Для обучающихся с нарушениями слуха:

в печатной форме;

в форме электронного документа;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

в печатной форме;

в форме электронного документа;

Содержание дисциплины размещено на сайте Филиала <https://siu.ranepa.ru/sveden/education/>, а также в СДО

Для контактной и самостоятельной работы используются мультимедийные комплексы, электронные учебники и учебные пособия, адаптированные к ограничениям здоровья обучающихся имеющиеся в

электронно-библиотечных системах «Университетская библиотека ONLINE»,

«Издательства ЛАНЬ», «Издательства Юрайт», «IPRbooks», «Университетская Информационная Система РОССИЯ», «Электронная библиотека диссертаций РГБ», «Научная электронная библиотека eLIBRARY», «EBSCO», «SAGE Premier»;

системе федеральных образовательных порталов «Экономика. Социология. Менеджмент», «Юридическая Россия», Сервер органов государственной власти РФ, Сайт Сибирского Федерального округа и др.

Могут использоваться информационные справочные правовые систем: «Консультант плюс», «Гарант»

### **6.1. Основная литература:**

1. Аминов И.И. Психология деятельности юриста [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов, обучающихся по специальностям «Юриспруденция», «Правоохранительная деятельность» и «Психология»/ Аминов И.И.— Электрон. текстовые данные.— Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017.— 615 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71160.html>. — ЭБС «IPRbooks»

2. Немов, Р. С. Психология в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 243 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9196-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/bcode/451632>

3. Немов, Р. С. Психология в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / Р. С. Немов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 292 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9198-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/bcode/451633>

### **6.2. Дополнительная литература:**

1. Корягина, Н. А. Психология общения : учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина, Н. В. Антонова, С. В. Овсянникова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 440 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03322-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait-ru.ezproxy.ranepa.ru:2443/bcode/450305>

2. Щербинина О.А. Психические состояния человека в профессиональной деятельности [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Щербинина О.А., Болдырева Т.А.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017.— 109 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/78827.html>. - ЭБС «IPRbooks»

3. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности [Электронный ресурс]: монография/ Прохоров А.О.— Электрон. текстовые данные.— Москва, Саратов: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019.— 351 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/88220.html>. — ЭБС «IPRbooks»

### **6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

### **6.4. Нормативные правовые документы:**

### **6.5. Интернет-ресурсы:**

1. <https://www.coursera.org>

2. <https://elibrary.ru/>

3. <http://book.ru>

4. <http://psyera.ru>

5. <http://www.gumer>

6. <http://dic.academic.ru>

7. <http://www.universalinternetlibrary.ru>
8. <http://www.knigafund.ru>
9. Психологическая библиотека My Word.ru: <http://psylib.myword.ru/>.
10. Психологическая библиотека "Самопознание и саморазвитие": <http://psylib.kiev.ua/>;  
<http://www.psylib.org.ua/books/index.htm>.

#### **6.6. Иные источники**

Иные источники не используются.

### **7. Материально-техническая база, информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

Специализированный кабинет для занятий с маломобильными группами (студенты с ограниченными возможностями здоровья): экран, компьютеры с подключением к локальной сети института и выходом в Интернет, звуковой усилитель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна настольная, доска аудиторная, офисные кресла

Учебная аудитория для проведения учебных занятий (занятий лекционного типа), оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: комплект специализированной учебной мебели (столы и кресла – рабочие места обучающихся и преподавателя); доска аудиторная; экран; персональный компьютер; звуковая система; проектор; веб-камера. Выход в Интернет и доступ в электронную информационно-образовательную среду организации.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий (занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации), оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: комплект специализированной учебной мебели (столы и стулья – рабочие места обучающихся и преподавателя); доска аудиторная; персональный компьютер; телевизор; веб-камера. Выход в Интернет и доступ в электронную информационно-образовательную среду организации.

Компьютерный класс, учебная аудитория для проведения учебных занятий (занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации), оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: комплект специализированной учебной мебели (столы и стулья - рабочие места обучающихся и преподавателя), доска аудиторная; персональные компьютеры моноблоки; проектор; веб-камера; экран. Выход в Интернет и доступ в электронную информационно-образовательную среду организации, в том числе с рабочих мест обучающихся. Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows; пакеты лицензионных программ: MS Office, MS Teams, СПС КонсультантПлюс, лицензионное антивирусное программное обеспечение.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся (Информационно-ресурсный центр) оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечено доступом в электронную информационно-образовательную среду организации.

Программное обеспечение: ОС Microsoft Windows, Пакет Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint), Microsoft Teams, лицензионное антивирусное программное обеспечение.

Для обучающихся с нарушениями зрения:

NVDA (Non Visual Desktop Access) - свободная, с открытым исходным кодом программа для MS Windows, которая позволяет незрячим или людям с ослабленным зрением работать на компьютере без применения зрения, выводя всю необходимую информацию с помощью речи;

Экранная лупа – программа экранного увеличения;

Экранный диктор (на англ.яз) – программа синтеза речи;

Для обучающихся с нарушениями слуха:

Speech logger– программа перевода речи в текст.