

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС  
Кафедра психологии

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
ДИСЦИПЛИНЫ  
ПСИХОПРОФИЛАКТИКА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕСТРУКЦИЙ  
(Б1.В.ДВ.02.02)**

краткое наименование дисциплины – не устанавливается

по направлению подготовки: 40.03.01 Юриспруденция

направленность (профиль): «Гражданско-правовой»

квалификация выпускника: Бакалавр

формы обучения: очная, заочная

Год набора – 2021

**Автор–составитель:**

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

Новосибирск, 2021

## **1. Цель освоения дисциплины:**

Сформировать компетенции в области способностей:

- 1) 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;
- 2) выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;
- 3) создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

## **2. План курса**

### **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.

## **3. Формы текущего контроля 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	Устный/письменный опрос

	поведения	
Тема 5	Приемы эмоциональной саморегуляции	Практическое задание, эссе

Формы промежуточной аттестации – зачет.

#### 4. 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>