

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Панарин Андрей Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 22.11.2023 19:17:38  
Уникальный программный ключ:  
a5da3d9896e9d535380e3f9a7da4832154ef8302

Образовательная автономная некоммерческая организация высшего образования  
**«МОСКОВСКИЙ ПСИХОЛОГО-СОЦИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Лицензия № 1478 от 28 мая 2015 г., серия 90Л01 № 0008476 (бессрочная)  
видетьство государственной аккредитации № 2783 от 07 марта 2018 года, серия 90А01 №0002920 (до 07 марта 2024 года)

**УТВЕРЖДАЮ**  
Первый проректор  
/Е.Г.Замолоцких  
« 30 » января 2023 г.

## **Факультет психологии**

### **Рабочая программа учебной дисциплины**

# **Б1.Ф.ДЭ.06.01 ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕСТРУКЦИЙ**

Направление подготовки  
37.03.01 Психология

Направление подготовки  
37.03.01 Психология

Направленность (профиль)  
"Психологическое консультирование"

Квалификация (степень) выпускника  
Бакалавр

Форма обучения  
Очная, очно-заочная

Составитель программы:

Матвеева Инна Петровна,  
канд.социол.наук,  
доцент кафедры консультативной психологии

Москва  
2023

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Аннотация к дисциплине.....	3
2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы.....	4
3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	4
3.1 Объем дисциплины по видам учебных занятий (в часах).....	5
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	5
4.1 Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2 Содержание дисциплины, структурированное по разделам.....	7
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	9
6. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Государственная инновационная политика» .....	11
6.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания .....	11
6.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.....	13
6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.....	14
6.3.1. Типовые задания для проведения текущего контроля обучающихся.....	16
6.3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся.....	19
6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	20
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	21
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	22
9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	25
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	26
10.1 Лицензионное программное обеспечение.....	26
10.2. Электронно-библиотечная система.....	26
10.3. Современные профессиональные баз данных.....	26
10.4. Информационные справочные системы.....	26
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	27
12. Лист регистрации изменений.....	30

## **1. Аннотация к дисциплине**

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования-бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденным приказом Минобрнауки России от 29.07.2020 г. № 839 (зарегистрирован в Минюсте РФ от 21.08. 2020 г. № 59374) (далее - ФГОС ВО, Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования);

- приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (зарегистрирован в Минюсте РФ от 21.08. 2021 г. № 64644);

- учебными планами (очной и очно-заочной форм обучения), составленными на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) программы «Психологическое консультирование».

### **Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Настоящая дисциплина включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений, Блока 1 учебных планов по направлению подготовки 37.03.01 Психология, уровень бакалавриата.

Дисциплина изучается на 3 курсе в 6 семестре для обучающихся на очной и на 4 курсе в 7 семестре для обучающихся на очно-заочной форме обучения, форма контроля для всех форм обучения – зачет.

### **Цель изучения дисциплины:**

**Цель** обучения по дисциплине «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» – заключается в формировании у студентов представлений о феноменологии, классификации, механизмах, факторах риска и профилактике профессиональных деструкций

Целью в области воспитания личности является формирование у обучающихся социальных и личностных качеств: гражданственности, толерантности, общей культуры, ответственности, целеустремленности, организованности, трудолюбия, коммуникабельности, умение работать в команде, лидерские качества.

**Задачи** изучения дисциплины «Психологическая профилактика профессиональных деструкций»:

- знакомство с научными основами понятия «профессиональные деструкции» в системе психологической науки;
- овладение системой знаний о сущности, содержании, структуре и профилактике профессиональных деструкций;
- овладения навыками эмоциональной саморегуляции и приемами преодоления симптомов профессиональной деструкции.

### **Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:**

УК-3 - Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

ПК-4 - Способен проводить психологическое консультирование субъектов образовательного процесса

## 2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» направлен на формирование у обучающихся по программе высшего образования – программе бакалавриата – по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) программы прикладного бакалавриата: «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» компетенций УК-3.1; ПК-4.1:

Код компетенции	Результаты освоения ООП (содержание компетенций)	Индикаторы достижения компетенций	Формы образовательной деятельности, способствующие формированию и развитию компетенции
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1 Понимает основные аспекты межличностных и групповых коммуникаций	<u>Контактная работа:</u> лекции, практические занятия <u>Самостоятельная работа</u>
ПК-4	Способен проводить психологическое консультирование субъектов образовательного процесса	ПК-4.1 Консультирует клиентов по проблемам самопознания, профессионального самоопределения, личностным проблемам, вопросам взаимоотношений в коллективе и другим вопросам	<u>Контактная работа:</u> лекции, практические занятия <u>Самостоятельная работа</u>

## 3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

### 3.1 Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах)

Объём дисциплины	Всего часов	
	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	54	36
Аудиторная работа (всего):		
в том числе:		
Лекции	36	24
семинары, практические занятия	10+8=18	6+6=12
лабораторные работы		
Внеаудиторная работа (всего):		
в том числе:		

Самостоятельная работа обучающихся (всего)	18	36
Вид промежуточной аттестации обучающегося - Зачет с оценкой		

**4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**4.1 Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий  
(в академических часах)  
для очной формы обучения**

№п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Вид оценочного средства текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации (по семестрам)
			Всего	Из них аудиторные занятия		Самостоятельная работа	
				Лекции	Практические занятия		
<b>РАЗДЕЛ 1</b>							
<b>Теории и концепции деструктивного поведения</b>							
1	Теоретические основы профессионального становления личности		8	4	2	2	Опрос, доклад
2	Кризисы профессионального становления личности		8	4	2	2	Опрос, доклад
3	Профессиональные деструкции личности		8	4	2	2	Опрос, доклад
4	Стадии развития синдрома профессионального выгорания и его влияние на личность профессионала		8	4	2	2	Опрос, доклад
5	Симптомы и факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания		8	4	2	2	Опрос, доклад
	<b>Текущий контроль (контрольный срез)</b>						<b>Тестирование</b>
<b>РАЗДЕЛ 2</b>							
<b>Диагностика и профилактика отклоняющегося поведения</b>							

6	Диагностические методики выявления синдрома профессионального выгорания		8	4	2	2	Опрос, доклад
7	Профилактика синдрома профессионального выгорания		8	4	2	2	Опрос, доклад
8	Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального выгорания		8	4	2	2	Опрос, доклад
9	Способы и приемы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний		8	4	2	2	Опрос, доклад
	<b>ИТОГО</b>		<b>72</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>Зачет</b>

**для очно-заочной формы обучения**

№п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Вид оценочного средства текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации (по семестрам)
			Всего	Из них аудиторные занятия		Самостоятельная работа	
				Лекции	Практические занятия		
<b>РАЗДЕЛ 1</b>							
<b>Теории и концепции деструктивного поведения</b>							
1	Теоретические основы профессионального становления личности		8	2		6	Опрос, доклад
2	Кризисы профессионального становления личности		8	2		6	Опрос, доклад
3	Профессиональные деструкции личности		8	2		6	Опрос, доклад
4	Стадии развития синдрома профессионального выгорания и его влияние		8	2	2	4	Опрос, доклад

	на личность профессионала						
5	Симптомы и факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания		8	2	2	4	
	<b>Текущий контроль (контрольный срез)</b>						<b>Тестирование</b>
<b>РАЗДЕЛ 2</b>							
<b>Диагностика и профилактика отклоняющегося поведения</b>							
6	Диагностические методики выявления синдрома профессионального выгорания		8	2	2	4	Опрос, доклад
7	Профилактика синдрома профессионального выгорания		8	4	2	2	Опрос, доклад
8	Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального выгорания		8	4	2	2	Опрос, доклад
9	Способы и приемы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний		8	4	2	2	Опрос, доклад
	<b>ИТОГО</b>		<b>72</b>	<b>24</b>	<b>12</b>	<b>36</b>	<b>Зачет</b>

#### 4.2 Содержание дисциплины, структурированное по разделам

### РАЗДЕЛ 1. Теории и концепции деструктивного поведения

#### Тема 1. Теоретические основы профессионального становления личности

##### *Содержание лекционных занятий*

Профессиональная деятельность. Профессиональное самоопределение и его конфликты. Детерминация профессионального становления личности. Стадии профессионального становления личности. Взаимосвязь и взаимодействие индивидуального, личностного и профессионального развития человека. Профессионально обусловленная структура личности и деятельности. Эмоциональное выгорание. Профессиональное выгорание. Краткая характеристика научных направлений изучения синдрома профессионального выгорания в России и за рубежом. Синдром профессионального выгорания педагога как проблема современного образования

##### *Содержание практических занятий:*

Анализ периодизации профессионального становления личности, предложенный Д. Сьюпером. Суть периодизации профессионального становления личности Хейвигхерста. Фазы. Фазы профессионального становления личности, выделенные Е.А. Климовым.

#### Тема 2. Кризисы профессионального становления личности

##### *Содержание лекционных занятий*

Кризис личности. Типология кризисов личности. Методика изучения кризисов. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития. Психологические особенности

кризисов профессионального становления.

*Содержание практических занятий:*

Изучение понятия «кризис профессионального становления личности». Основные кризисы профессионального становления, переживаемые человеком. Пути разрешения кризисов профессионального становления.

### **Тема 3. Профессиональные деструкции личности**

*Содержание лекционных занятий*

Профессиональные деформации личности. Профессиональная деформация как условие профессионализации личности. Возникновение профессиональных деформаций на этапе профессионального обучения, в процессе специализации по профессии. Профессиональные деформации, возникающие в процессе многолетнего выполнения одной и той же профессиональной деятельности. Концептуальные положения развития профессиональных деструкций личности. Психологические детерминанты профессиональных деструкций. Уровни профессиональных деформаций.

*Содержание практических занятий:*

Сравнительный анализ понятий «профессиональная деструкция», «профессиональная деформация», «профессиональное самосохранение», «профессиональная самоактуализация», «профессиональная социализация».

### **Тема 4. Стадии развития синдрома профессионального выгорания и его влияние на личность профессионала**

*Содержание лекционных занятий*

Х. Фрейденбергер, К. Маслач, А. Ленгле, В.В. Бойко, В.Е. Орел как основоположники теории о стадиях развития синдрома профессионального выгорания. Функциональные закономерности влияния синдрома выгорания на личность профессионала. Стадии синдрома выгорания с позиций адаптации и дезадаптации организма. Соматические нарушения на стадиях выгорания.

*Содержание практических занятий:*

Изучение подходов к определению стадий эмоционального выгорания в работах Х. Фрейденбергера, К. Маслач, А. Ленгле, В.В. Бойко, В.Е. Орла.

### **Тема 5. Симптомы и факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания**

*Содержание лекционных занятий*

Симптомы проявления профессионального (эмоционального) выгорания: психофизические, социально-психологические, поведенческие. Соматические нарушения на стадиях выгорания. Факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания: личностный, ролевой, организационный, наличие психологически трудного контингента, мотивационный, экзистенциальный.

*Содержание практических занятий:*

Симптомы проявления профессионального (эмоционального) выгорания: психофизические, социально-психологические, поведенческие. Факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания.

## **РАЗДЕЛ 2. Диагностика и профилактика отклоняющегося поведения**

### **Тема 6. Диагностические методики выявления синдрома профессионального выгорания**

*Содержание лекционных занятий*

Методы диагностики синдрома профессионального выгорания. Модели и методы изучения синдрома эмоционального сгорания. Тестирование, анкетирование, информирование специалистов о психическом здоровье, психологическое консультирование. Опросник на

выявление эмоционального выгорания МВІ. Тест на самооценку стрессоустойчивости личности (Л.П. Пономаренко, О.П. Белоусова). Методика «Прогноз».

*Содержание практических занятий:*

Изучение методов диагностики, позволяющих изучить синдром эмоционального выгорания.

#### **Тема 7. Профилактика синдрома профессионального выгорания**

*Содержание лекционных занятий*

Терапия и предупреждение синдрома выгорания. Ситуативная разгрузка. Экзистенциальная профилактика. Технологии помощи при синдроме эмоционального сгорания и профессиональной деформации

*Содержание практических занятий:*

Анализ экзистенциальных установок, способствующих профилактике синдрома эмоционального выгорания.

#### **Тема 8. Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального выгорания**

*Содержание лекционных занятий*

Личностные особенности, препятствующие формированию эмоционального выгорания. Личностная выносливость. Локус контроля. Самоактуализация.

*Содержание практических занятий:*

Анализ личностных особенностей, препятствующих формированию эмоционального выгорания.

#### **Тема 9. Способы и приемы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний**

*Содержание лекционных занятий*

Саморегуляция. Способы предупреждения неблагоприятных эмоциональных состояний. Сравнительный анализ техник, снижающих и повышающих эмоциональное напряжение. Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания. Активизирующие техники и методы релаксации. Технологии самопомощи при синдроме эмоционального сгорания и профессиональной деформации.

*Содержание практических занятий:*

Способы предупреждения неблагоприятных эмоциональных состояний. Сравнительный анализ техник, снижающих и повышающих эмоциональное напряжение. Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания. Активизирующие техники и методы релаксации. Технологии самопомощи при синдроме эмоционального сгорания и профессиональной деформации.

#### **5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Самостоятельная работа обеспечивает подготовку обучающегося к аудиторным занятиям и контрольным мероприятиям по изучаемой дисциплине. Результаты этой подготовки проявляются в активности обучающегося на занятиях и в качестве выполненных тестовых заданий, репродуктивных заданий, практических заданий и других форм текущего контроля.

Самостоятельная работа по дисциплине «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» включает следующие виды деятельности:

- работа с лекционным материалом, предусматривающая проработку конспекта лекций и учебной литературы;
- поиск (подбор) и обзор литературы, электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса;
- выполнение домашнего задания к занятию;

- изучение материала, вынесенного на самостоятельную проработку (отдельные темы, параграфы);
- подготовка к практическим занятиям;
- подготовка к зачету.

Методика самостоятельной работы предварительно разъясняется преподавателем и в последующем может уточняться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Время и место самостоятельной работы выбираются обучающимися по своему усмотрению с учетом рекомендаций преподавателя.

Наименование темы	Вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение	Формы самостоятельной работы	Учебно-методическое обеспечение	Форма контроля
Тема 1 Теоретические основы профессионального становления личности	Основные аспекты описания профессии при составлении ее профессиограммы. поведения	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад
Тема 2 Кризисы профессионального становления личности	Необходимость психологического сопровождения профессионального становления личности.	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад
Тема 3 Профессиональные деструкции личности	Концептуальные положения развития профессиональных деструкций личности.	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад
Тема 4 Стадии развития синдрома профессионального выгорания и его влияние на личность профессионала	Функциональные закономерности влияния синдрома выгорания на личность профессионала	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад
Тема 5 Симптомы и факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания	Взаимосвязь типа профессии, фактора, детерминирующего возникновение и формирование синдрома и способы его профилактики	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад
Тема 6 Диагностические методики выявления синдрома профессионального выгорания	Подбор диагностических методов, позволяющих исследовать синдром выгорания и оформить	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад

	методическую папку как электронный ресурс.			
Тема 7 Профилактика синдрома профессионального выгорания	Социально-педагогические аспекты профилактики синдрома профессионального выгорания.	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад
Тема 8 Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального выгорания	Личностная выносливость. Локус контроля	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад
Тема 9 Способы и приемы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний	Способы предупреждения неблагоприятных эмоциональных состояний	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации.	Литература к теме, работа с интернет-источниками	Опрос, доклад

Самостоятельную работу над дисциплиной следует начинать с изучения рабочей программы дисциплины «Психологическая профилактика профессиональных деструкций», которая содержит основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучаемых. Обязательно следует вспомнить рекомендации преподавателя, данные в ходе установочных занятий. Затем – приступить к изучению отдельных разделов и тем в порядке, предусмотренном программой.

Получив представление об основном содержании раздела, темы, необходимо изучить материал с помощью учебников, указанных в разделе 7 указанной программы. Целесообразно составить краткий конспект или схему, отображающую смысл и связи основных понятий данного раздела и включенных в него тем. Затем, как показывает опыт, полезно изучить выдержки из первоисточников. При желании можно составить их краткий конспект. Обязательно следует записывать возникшие вопросы, на которые не удалось ответить самостоятельно.

## **6. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Психологическая профилактика профессиональных деструкций»**

### **6.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания**

п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Шкала и критерии оценки, балл	Критерии оценивания компетенции
1.	Опрос	Сбор первичной информации по выяснению уровня усвоения пройденного материала	«Зачтено» - если обучающийся демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Также оценка «зачтено» ставится, если обучающимся допущены незначительные неточности в ответах, которые он исправляет путем наводящих вопросов со стороны преподавателя. «Не зачтено» - имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу, а также допущены принципиальные ошибки при изложении материала.	УК-3.1; ПК-4.1
2	Доклад-презентация	Публичное выступление по представлению полученных результатов в программе Microsoft PowerPoint	«5» – доклад выполнен в соответствии с заявленной темой, презентация легко читаема и ясна для понимания, грамотное использование терминологии, свободное изложение рассматриваемых проблем, докладчик правильно ответил на все вопросы в ходе дискуссии; «4» – некорректное оформление презентации, грамотное использование терминологии, в основном свободное изложение рассматриваемых проблем, докладчик частично правильно ответил на все вопросы в ходе дискуссии; «3» – отсутствие презентации, докладчик испытывал затруднения при выступлении и ответе на вопросы в ходе дискуссии; «2» - докладчик не раскрыл тему	УК-3.1; ПК-4.1
3	Коллоквиум	Беседа преподавателя с учащимися на определенную тему из учебной программы	«Зачтено» - если обучающийся демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные,	УК-3.1; ПК-4.1

			аргументированные ответы на поставленные вопросы. Также оценка «зачтено» ставится, если обучающимся допущены незначительные неточности в ответах, которые он исправляет путем наводящих вопросов со стороны преподавателя. «Не зачтено» - имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу, а также допущены принципиальные ошибки при изложении материала.	
4	Тестирование	Тестирование можно проводить в форме: компьютерного тестирования, т.е. компьютер произвольно выбирает вопросы из базы данных по степени сложности; письменных ответов, т.е. преподаватель задает вопрос и дает несколько вариантов ответа, а студент на отдельном листе записывает номера вопросов и номера соответствующих ответов	«отлично» - процент правильных ответов 90-100%; «хорошо» - процент правильных ответов 78-88%; «удовлетворительно» - процент правильных ответов 65-77%; «неудовлетворительно» - процент правильных ответов менее 65%.	УК-3.1; ПК-4.1

**6.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы**

№	Форма контроля/ коды оцениваемых компетенций	Процедура оценивания	Шкала и критерии оценки, балл
1.	Зачет с оценкой УК-3.1; ПК-4.1	Правильность ответов на все вопросы (верное, четкое и достаточно глубокое изложение идей, понятий, фактов и т.д.); Сочетание полноты и лаконичности ответа; Наличие практических навыков по дисциплине (решение задач или заданий); Ориентирование в учебной, научной и специальной литературе; Логика и аргументированность изложения;	1. оценка «отлично» - обучающийся должен дать полные, исчерпывающие ответы на вопросы билета, в частности, ответ должен предполагать знание основных понятий и их особенностей, умение правильно определять специфику соответствующих отношений, правильное решение практического задания. Оценка «отлично» предполагает наличие системы знаний по предмету, умение излагать материал в логической последовательности, систематично, грамотным языком; 2. оценка «хорошо» - обучающийся должен дать полные ответы на вопросы, указанные в билете. Допускаются неточности при ответе, которые все же не влияют на правильность ответа. Ответ должен предполагать знание основных понятий и их

		Грамотное комментирование, приведение примеров, аналогий; Культура ответа.	особенностей, умение правильно определять специфику соответствующих отношений. Оценка «хорошо» предполагает наличие системы знаний по предмету, умение излагать материал в логической последовательности, систематично, грамотным языком, однако, допускаются незначительные ошибки, неточности по названным критериям, которые все же не искажают сути соответствующего ответа; 3. оценка «удовлетворительно» - обучающийся должен в целом дать ответы на вопросы, предложенные в билете, ориентироваться в системе дисциплины «Психология аутодеструктивного поведения и его профилактика», знать основные категории предмета. Оценка «удовлетворительно» предполагает, что материал в основном изложен грамотным языком; 4. оценка «неудовлетворительно» предполагает, что обучающимся либо не дан ответ на вопрос билета, либо обучающийся не знает основных категорий, не может определить предмет дисциплины.
1.	<b>Тестирование (на зачете с оценкой)</b> УК-3.1; ПК-4.1	Полнота знаний теоретического контролируемого материала. Количество правильных ответов	«отлично» - процент правильных ответов 90-100%; «хорошо» - процент правильных ответов 78-88%; «удовлетворительно» - процент правильных ответов 65-77%; «неудовлетворительно» - процент правильных ответов менее 65%.

**6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы**

### **6.3.1. Типовые задания для проведения текущего контроля обучающихся**

#### **6.3.1.1.**

#### **РАЗДЕЛ 1. Теории и концепции деструктивного поведения**

#### **Тема 1. Теоретические основы профессионального становления личности**

##### **Ответьте на вопросы:**

1. Суть понятий «профессиональная деятельность», «профессия», «специалист», «профессионал», «профессиональное самоопределение», «профессиональное становление», дать их характеристику.
2. Рассмотреть сущность и стадии профессионального становления личности.
3. Сформировать представление о конфликтах профессионального самоопределения.
4. Выявить взаимосвязь и взаимодействие индивидуального, личностного и профессионального развития человека.
5. Объяснить суть понятий «эмоциональное выгорание», «профессиональное выгорание», дать их характеристику.

6. Дать краткую характеристику научных направлений изучения синдрома профессионального выгорания в России и за рубежом.

7. Рассмотреть синдром профессионального выгорания педагога как проблему современного образования.

## **Тема 2 Кризисы профессионального становления личности**

### **Ответьте на вопросы:**

1. Суть понятий «кризис», «кризис личности», «фактор», дать их характеристику.
2. Сущность, особенности и типологию кризисов личности.
3. Основные положения методики изучения кризисов личности.
4. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития.

## **Тема 3 Профессиональные деструкции личности**

### **Ответьте на вопросы:**

1. Суть понятий «профессиональная деструкция», «профессиональная деформация», дать их характеристику.
2. Сущностные особенности профессиональной деформации как условия профессионализации личности.
3. Концептуальные положения развития профессиональных деструкций личности.
4. Психологические детерминанты профессиональных деструкций.

## **Тема 4. Стадии развития синдрома профессионального выгорания и его влияние на личность профессионала**

### **Ответьте на вопросы**

1. Основные положения теорий о стадиях развития синдрома профессионального выгорания (Х. Фрейденбергер, К. Маслач, А. Ленгле, В.В. Бойко, В.Е. Орел).
2. Функциональные закономерности влияния синдрома выгорания на личность профессионала.
3. Стадии синдрома выгорания с позиций адаптации и дезадаптации организма.

## **Тема 5. Симптомы и факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания**

### **Ответьте на вопросы**

1. Симптомы проявления профессионального (эмоционального) выгорания: психофизические, социально-психологические, поведенческие.
2. Особенности соматических нарушений на стадиях выгорания.
3. Факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания: личностный, ролевой, организационный, наличие психологически трудного контингента, мотивационный, экзистенциальный.

## **РАЗДЕЛ 2. Диагностика и профилактика отклоняющегося поведения**

### **Тема 6. Диагностические методики выявления синдрома профессионального выгорания**

#### **Ответьте на вопросы:**

1. Методы диагностики синдрома профессионального выгорания.
2. Сущность и особенности применения приема визуализации в профилактике синдрома выгорания.
3. Особенности использования технологий помощи и самопомощи при синдроме эмоционального сгорания и профессиональной деформации.

## **Тема 7. Профилактика синдрома профессионального выгорания**

### **Ответьте на вопросы:**

1. Способы, техники, приемы терапии и предупреждения синдрома выгорания.
2. Особенности ситуативной разгрузки.
3. Особенности и приемы экзистенциальной профилактики синдрома выгорания.

## **Тема 8. Личностные особенности как способ профилактики синдрома профессионального выгорания**

### **Ответьте на вопросы:**

1. Личностные особенности, препятствующие формированию эмоционального выгорания.
2. Сущность локуса контроля личности.
3. Сущностные особенности самоактуализации личности.

## **Тема 9. Способы и приемы саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний**

### **Ответьте на вопросы:**

1. Особенности саморегуляции неблагоприятных эмоциональных состояний.
2. Способы предупреждения неблагоприятных эмоциональных состояний.
3. Сравнительный анализ техник, снижающих и повышающих эмоциональное напряжение.

### **1.3.1.2. Типовые варианты тестовых заданий**

1. Выберите правильный ответ. Кто в качестве высшего этапа развития профессионала выделяет «этап творческого самоопределения себя как личности профессионала»?

- А) В.В. Смолин;
- Б) А.К. Маркова;
- В) Е.А. Климов.

2. Выберите правильный ответ. Кризисы профессионального развития на основании идей Л.С. Выгодского определяли:

- А) Б. Ливехуд;
- Б) Т. Шихи;
- В) Э.Ф. Зеер.

3. Выберите правильный ответ. Основные направления (разделы) изучения человека в трудовой деятельности, выделенные Н.С. Пряжниковым и Е.Ю. Пряжниковой (укажите лишнее):

- А) психология труда в традиционном понимании;
- Б) инженерная психология;
- В) психология управления;
- Г) профориентация;
- Д) профессиональное образование;
- Е) психология здоровья;

4. Выберите правильный ответ. Периодизация развития человека, как субъекта труда, была предложена:

- А) А.Н. Леонтьевым;
- Б) А.К. Марковой;
- В) Е.А. Климовым;

5. Выберите правильный ответ. Наиболее тяжелый рубежный кризис это:
- А) кризис «вырывания корней»;
  - Б) «искания 20 лет»;
  - В) кризис «середины жизни».
6. Выберите правильный ответ. Нарушение усвоенных способов деятельности это:
- А) преодоление профессиональных деструкций;
  - Б) преодоление общих деструкций;
  - В) профессиональная деструкция в самом общем виде.
7. Выберите правильный ответ. Чрезмерное усиление некоторых черт характера – это:
- А) старение работника;
  - Б) индивидуальный «предел» развития работника;
  - В) акцентуация характера.
8. Выберите правильный ответ. Уровнем профессионального самоопределения является:
- А) гностический;
  - Б) теоретический;
  - В) аксиологический.
9. Выберите правильный ответ. Управление человеческими ресурсами заключается в:
- А) планировании и организации работы с персоналом;
  - Б) принятии решения о зачислении кандидата на работу;
  - В) совокупности процедур сбора и анализа информации о содержании.
10. Выберите правильный ответ. Общая работоспособность отражает:
- А) возможности человека выполнять любую общественно полезную деятельность;
  - Б) характеристики тех систем и функций человека, которые необходимы для выполнения профессиональных задач;
  - В) состояние субъекта деятельности, определяющие уровень его эффективности в данный промежуток времени.
11. Выберите правильный ответ. Состояние субъекта деятельности, определяющее уровень его эффективности в данный момент времени характеризует:
- А) общая работоспособность;
  - Б) актуальная работоспособность;
  - В) потенциальная работоспособность.
12. Выберите правильный ответ. Четыре степени переутомления выделил:
- А) В.И. Медведев;
  - Б) К.К. Платонов;
  - В) В.Г. Асеев;
  - Г) Ю.В. Майкин.
13. Выберите правильный ответ. Три концептуальных ориентации в исследовании профессионального стресса выделяет:
- А) А.Б. Леонова;
  - Б) К.К. Платонов;
  - В) В.Г. Асеев;
  - Г) В.И. Медведев.
14. Выберите правильный ответ. Состояние физического, эмоционального, умственного истощения как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме

полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующее воздействие – это:

- А) фрустрация;
- Б) эмоциональное выгорание;
- В) барьер;
- Г) психологическая защита.

15. Выберите правильный ответ. Деформация отношений с другими людьми – это:

- А) акцентуация характера;
- Б) невоспитанность;
- В) деперсонализация;
- Г) негативизм.

16. Выберите несколько правильных ответов. Выделите три фазы стресса, наблюдающиеся при эмоциональном выгорании:

- А) нервное (тревожное) напряжение;
- Б) бессонница;
- В) сопротивление;
- Г) агрессия;
- Д) истощение.

17. Выберите несколько правильных ответов. Выделите симптомы тревожного напряжения:

- А) переживание психотравмирующих обстоятельств;
- Б) повышенная ответственность;
- В) неудовлетворенность собой;
- Г) повседневная рутинность;
- Д) «загнанность в клетку»;
- Е) тревога;
- Ж) депрессия.

18. Установите соответствие между факторами риска эмоционального выгорания и их характеристиками:

1. Личностные факторы	А) несправедливость и неравенство взаимоотношений в организации; внутрифирменные конфликты; жестокий контроль; дефицит поддержки
2. Статусно-ролевые факторы	Б) Склонность к интраверсии; реактивность; низкая или чрезмерно высокая эмпатия; авторитарность
3. Профессионально-организационные факторы	В) ролевой конфликт; неудовлетворенность профессиональным и личностным ростом; ролевая неопределенность; отверженность в референтной группе; низкий социальный статус

19. Выберите несколько правильных ответов. К уровням личностных ресурсов противодействия «выгоранию» относятся:

- А) физиологический;
- Б) эмоциональный;
- В) психологический;
- Г) социальный;

- Д) личностный;
- Е) духовный.

20. Выберите правильный ответ. Психическое состояние, отражающее повышенный уровень тревожности, отсутствие психологического комфорта в определенных условиях труда и, с другой стороны, готовность действовать, называется:

- А) настроение;
- Б) страх;
- В) психологическая напряженность;
- Г) нет правильного ответа.

### **6.3.2. Типовые задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся**

Промежуточная аттестация по дисциплине «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» проводится в форме зачета

#### **6.3.2.1. Типовые вопросы к зачету**

1. Профессиональное самоопределение. Конфликты профессионального самоопределения.
2. Детерминация профессионального становления личности.
3. Стадии профессионального становления личности.
4. Взаимосвязь и взаимодействие индивидуального, личностного и профессионального развития человека.
5. Профессионально обусловленная структура личности и деятельности.
6. Кризисы профессионального становления личности.
7. Кризис личности. Типология кризисов личности. Методика изучения кризисов.
8. Психологические детерминанты профессиональных деструкций.
9. Уровни профессиональных деформаций.
10. Синдром профессионального выгорания педагога как проблема современного образования.
11. Функциональные закономерности влияния синдрома выгорания на личность профессионала.
12. Стадии синдрома выгорания с позиций адаптации и дезадаптации организма.
13. Симптомы проявления профессионального (эмоционального) выгорания: психофизические, социально-психологические, поведенческие.
14. Соматические нарушения на стадиях выгорания.
15. Факторы, детерминирующие формирование синдрома профессионального выгорания: личностный, ролевой, организационный, наличие психологически трудного контингента, мотивационный, экзистенциальный.
16. Личностные особенности, препятствующие формированию эмоционального выгорания.
17. Саморегуляция. Способы предупреждения неблагоприятных эмоциональных состояний.
18. Сравнительный анализ техник, снижающих и повышающих эмоциональное напряжение.
19. Терапия и предупреждение синдрома выгорания. Ситуативная разгрузка. Экзистенциальная профилактика.
20. Методы диагностики синдрома профессионального выгорания.
21. Модели и методы изучения синдрома эмоционального сгорания.
22. Тестирование, анкетирование, информирование специалистов о психическом здоровье, психологическое консультирование.
23. Приемы визуализации в профилактике синдрома выгорания.
24. Активизирующие техники и методы релаксации.

25. Технологии помощи при синдроме эмоционального сгорания и профессиональной деформации.

26. Технологии самопомощи при синдроме эмоционального сгорания и профессиональной деформации.

#### **6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

С целью определения уровня овладения компетенциями, закрепленными за дисциплиной, в заданные преподавателем сроки проводится текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков каждого обучающегося. Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях. Исключение составляет устный опрос, который может проводиться в начале или конце лекции в течение 15-20 мин. с целью закрепления знаний терминологии по дисциплине. При оценке компетенций принимается во внимание формирование профессионального мировоззрения, определенного уровня включённости в занятия, рефлексивные навыки, владение изучаемым материалом.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки.

2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.

3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.

4. Соблюдение последовательности проведения оценки.

**Текущая аттестация обучающихся.** Текущая аттестация обучающихся по дисциплине «Психология аутодеструктивного поведения и его профилактика» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ОАНО ВО МПСУ и является обязательной.

Текущая аттестация по дисциплине «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» проводится в форме опроса и контрольных мероприятий по оцениванию фактических результатов обучения обучающихся и осуществляется преподавателем дисциплины.

Объектами оценивания выступают:

1. учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);

2. степень усвоения теоретических знаний в качестве «ключей анализа»;

3. уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;

4. результаты самостоятельной работы (изучение книг из списка основной и дополнительной литературы).

Активность обучающегося на занятиях оценивается на основе выполненных обучающимся работ и заданий, предусмотренных данной рабочей программой дисциплины.

Кроме того, оценивание обучающегося проводится на текущем контроле по дисциплине. Оценивание обучающегося на контрольной неделе проводится преподавателем независимо от наличия или отсутствия обучающегося (по уважительной или неуважительной причине) на занятии. Оценка носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период.

Оценивание обучающегося носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период с выставлением оценок в ведомости.

**Промежуточная аттестация обучающихся.** Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ОАНО ВО «МПСУ» и является

обязательной.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Психологическая профилактика профессиональных деструкций» проводится в соответствии с учебным планом в 6 семестре для обучающихся на очной и в 7 семестре для обучающихся на очно-заочной форме обучения в виде зачета в период зачетно-экзаменационной сессии в соответствии с графиком проведения.

Обучающиеся допускаются к зачету по дисциплине в случае выполнения им учебного плана по дисциплине: выполнения всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины.

Оценка знаний обучающегося на зачете определяется его учебными достижениями в семестровый период и результатами текущего контроля знаний и выполнением им заданий.

Знания умения, навыки обучающегося на зачете оцениваются как: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Основой для определения оценки служит уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного данной рабочей программой.

## **7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **Основная литература:**

1. Пырьев Е.А. Психология труда: учебное пособие / Е.А. Пырьев. – М.; Берлин: Директ-Медиа, 2016. – 458 с.
2. Почебут Л. Г. Кросс-культурная и этническая психология: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Л. Г. Почебут. – 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2019. – 279 с.
3. Заладина А.С., Коробейникова Е.В. «Развитие профессионализма и профилактика профессиональных деструкций»: Учебно-методическое пособие. – Нижний Новгород: Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, 2019 – 41 с.
4. Ипатов А.В. Психологическая профилактика деструкций в помогающих профессиях: учебное пособие / Ипатов А.В., Шишигина Т.Р. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2015. — 144 с.

### **Дополнительная литература:**

1. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья / В.А. Ананьев / Концептуальные основы психологии здоровья. Книга 1. — СПб.: Изд-во «Речь», 2006. — 289 с.
2. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В. Бойко. — М.: Наука, 2010. — 412 с.
3. Водопьянова Н.Е. Синдром психического выгорания в коммуникативных профессиях / Н.Е. Водопьянова; под ред. Г.С. Никифорова. // Психология здоровья. — СПб.: Изд-во СПбГУ, 2010. — 218 с.
4. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений // Э.Ф.Зеер. — М.: Издательский центр «Академия», 2006. — 240 с.
5. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. – 229 с.

### **Периодические издания:**

- Вестник Московского университета. Серия 20. Педагогическое образование / гл. 2022 – Москва: Московский Государственный Университет, 2017 – 2021 (20 выпусков). – схем. табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: jid=600606. – ISSN 2073-2635. – Текст: электронный.

- Педагогика и психология образования / гл. ред. А. А. Ануфриев; учред. и изд. Московский педагогический государственный университет. – Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018-2021 (15 выпусков). – Режим

доступа: по подписке. – URL: :jid=614222. – ISSN 2500-297X. – Текст: электронный.

• Психология обучения: журнал / ред. сов. В. И. Слободчиков; учред. Современная гуманитарная академия. – Москва: Современный гуманитарный университет, 201 – 2021 (58 выпусков). – схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: jid=613712. – ISSN 1561-2457. – Текст: электронный.

• Развитие личности / гл. ред. В. С. Мухина; учред. Московский педагогический государственный университет, В. С. Мухина. – Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2009-2020 (44 выпусков). – ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: id=614236 . – ISSN 2073-9788. – Текст: электронный.

## 8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

<b>Вид деятельности</b>	<b>Методические указания по организации деятельности студента</b>
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решение задач по алгоритму и др.
Индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Самостоятельная работа	Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; углубления и расширения теоретических знаний студентов; формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию, учебную и специальную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности; формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации; формирования профессиональных компетенций; развитию исследовательских умений обучающихся. Формы и виды самостоятельной работы: чтение основной и дополнительной литературы – самостоятельное изучение материала по рекомендуемым литературным источникам; работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы; работа со словарем, справочником; поиск необходимой информации в сети Интернет; конспектирование источников; реферирование источников; составление аннотаций к прочитанным литературным источникам; составление рецензий и отзывов на прочитанный материал; составление обзора публикаций по теме; составление и разработка терминологического словаря;

	<p>составление хронологической таблицы; составление библиографии (библиографической картотеки); подготовка к различным формам текущей и промежуточной аттестации (к тестированию, зачету, экзамену); выполнение домашних контрольных работ; самостоятельное выполнение практических заданий репродуктивного типа (ответы на вопросы, тесты; выполнение творческих заданий). Технология организации самостоятельной работы обучающихся включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения: библиотеку с читальным залом, укомплектованную в соответствии с существующими нормами; учебно-методическую базу учебных кабинетов, лабораторий и зала кодификации; компьютерные классы с возможностью работы в сети Интернет; аудитории (классы) для консультационной деятельности; учебную и учебно-методическую литературу, разработанную с учетом увеличения доли самостоятельной работы студентов, и иные методические материалы. Перед выполнением обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит консультирование по выполнению задания, который включает цель задания, его содержания, сроки выполнения, ориентировочный объем работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки. Во время выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы и при необходимости преподаватель может проводить индивидуальные и групповые консультации. Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами обучающихся в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений обучающихся. Контроль самостоятельной работы предусматривает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• соотнесение содержания контроля с целями обучения; объективность контроля;</li> <li>• валидность контроля (соответствие предъявляемых заданий тому, что предполагается проверить);</li> <li>• дифференциацию контрольно-измерительных материалов.</li> </ul> <p>Формы контроля самостоятельной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем;</li> <li>• организация самопроверки,</li> <li>• взаимопроверки выполненного задания в группе; обсуждение результатов выполненной работы на занятии;</li> <li>• проведение письменного опроса;</li> <li>• проведение устного опроса;</li> <li>• организация и проведение индивидуального собеседования; организация и проведение собеседования с группой;</li> <li>• защита отчетов о проделанной работе.</li> </ul>
Опрос	<p>Опрос - это средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выявление объема знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Проблематика, выносимая на опрос определена в заданиях для самостоятельной работы обучающегося, а также может определяться преподавателем, ведущим семинарские занятия. Во время проведения опроса обучающийся должен уметь обсудить с преподавателем соответствующую проблематику на уровне диалога.</p>
Коллоквиум	<p>Коллоквиум (от латинского colloquium – разговор, беседа) – одна из форм учебных занятий, беседа преподавателя с учащимися на определенную тему из учебной программы. Цель проведения коллоквиума состоит в выяснении уровня знаний, полученных</p>

	<p>учащимися в результате прослушивания лекций, посещения семинаров, а также в результате самостоятельного изучения материала. В рамках поставленной цели решаются следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выяснение качества и степени понимания учащимися лекционного материала;</li> <li>• развитие и закрепление навыков выражения учащимися своих мыслей;</li> <li>• расширение вариантов самостоятельной целенаправленной подготовки учащихся;</li> <li>• развитие навыков обобщения различных литературных источников;</li> <li>• предоставление возможности учащимся сопоставлять разные точки зрения по рассматриваемому вопросу.</li> </ul> <p>В результате проведения коллоквиума преподаватель должен иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• о качестве лекционного материала;</li> <li>• о сильных и слабых сторонах своей методики чтения лекций;</li> <li>• о сильных и слабых сторонах своей методики проведения семинарских занятий;</li> <li>• об уровне самостоятельной работы учащихся;</li> <li>• об умении обучающихся вести дискуссию и доказывать свою точку зрения;</li> <li>• о степени эрудированности учащихся;</li> <li>• о степени индивидуального освоения материала конкретными обучающимися.</li> </ul> <p>В результате проведения коллоквиума обучающийся должен иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• об уровне своих знаний по рассматриваемым вопросам в соответствии с требованиями преподавателя и относительно других студентов группы;</li> <li>• о недостатках самостоятельной проработки материала;</li> <li>• о своем умении излагать материал;</li> <li>• о своем умении вести дискуссию и доказывать свою точку зрения.</li> </ul> <p>В зависимости от степени подготовки группы можно использовать разные подходы к проведению коллоквиума. В случае, если большинство группы с трудом воспринимает содержание лекций и на практических занятиях демонстрирует недостаточную способность активно оперировать со смысловыми единицами и терминологией курса, то коллоквиум можно разделить на две части. Сначала преподаватель излагает базовые понятия, содержащиеся в программе. Это должно занять не более четверти занятия. Остальные три четверти необходимо посвятить дискуссии, в ходе которой обучающиеся должны убедиться и, главное, убедить друг друга в обоснованности и доказательности полученного видения вопроса и его соответствия реальной практике. Если же преподаватель имеет дело с более подготовленной, самостоятельно думающей и активно усваивающей смысловые единицы и терминологию курса аудиторией, то коллоквиум необходимо провести так, чтобы сами обучающиеся сформулировали изложенные в программе понятия, высказали несовпадающие точки зрения и привели практические примеры. За преподавателем остается роль модератора (ведущего дискуссии), который в конце «лишь» суммирует совместно полученные результаты.</p>
Тестирование	Контроль в виде тестов может использоваться после изучения каждой темы курса. Итоговое тестирование можно проводить в форме:

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• компьютерного тестирования, т.е. компьютер произвольно выбирает вопросы из базы данных по степени сложности;</li> <li>• письменных ответов, т.е. преподаватель задает вопрос и дает несколько вариантов ответа, а обучающийся на отдельном листе записывает номера вопросов и номера соответствующих ответов.</li> </ul> <p>Для достижения большей достоверности результатов тестирования следует строить текст так, чтобы у обучающихся было не более 40 – 50 секунд для ответа на один вопрос. Итоговый тест должен включать не менее 60 вопросов по всему курсу. Значит, итоговое тестирование займет целое занятие. Оценка результатов тестирования может проводиться двумя способами:</p> <p>1) по 5-балльной системе, когда ответы студентов оцениваются следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «отлично» – более 85% ответов правильные;</li> <li>- «хорошо» – более 75% ответов правильные;</li> <li>- «удовлетворительно» – более 65% ответов правильные.</li> </ul> <p>Обучающиеся, которые правильно ответили менее чем на 70% вопросов, должны в последующем пересдать тест. При этом необходимо проконтролировать, чтобы вариант теста был другой;</p> <p>2) по системе зачет-незачет, когда для зачета по данной дисциплине достаточно правильно ответить более чем на 70% вопросов.</p>
<p>Подготовка к зачету с оценкой</p>	<p>При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др. Основное в подготовке к сдаче зачета по дисциплине «Психология аутодеструктивного поведения и его профилактика» — это повторение всего материала дисциплины, по которому необходимо сдавать зачет. При подготовке к сдаче зачета с оценкой обучающийся весь объем работы должен распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к зачету, контролировать каждый день выполнение намеченной работы. Подготовка к зачету включает в себя три этапа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• самостоятельная работа в течение семестра;</li> <li>• непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету по темам курса;</li> <li>• подготовка к ответу на задания, содержащиеся в билетах (тестах).</li> </ul> <p>Для успешной сдачи зачета по дисциплине «Психология аутодеструктивного поведения и его профилактика» обучающиеся должны принимать во внимание, что:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• все основные вопросы, указанные в рабочей программе, нужно знать, понимать их смысл и уметь его разъяснить;</li> <li>• указанные в рабочей программе формируемые профессиональные компетенции в результате освоения дисциплины должны быть продемонстрированы студентом;</li> <li>• практические занятия способствуют получению более высокого уровня знаний и, как следствие, более высокой оценке на зачете;</li> <li>• готовиться к зачету необходимо начинать с первой лекции.</li> </ul>

## 9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Психология аутодеструктивного поведения и его профилактика» необходимо использование следующих помещений:

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения (мебель аудиторная (столы, стулья, доска), стол, стул преподавателя) и технические средства обучения (персональный компьютер; мультимедийное оборудование);

• помещение для самостоятельной работы обучающихся: специализированная мебель и компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

## **10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Обучающиеся обеспечены доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета из любой точки, в которой имеется доступ к сети «Интернет», как на территории организации, так и вне ее.

### **10.1 Лицензионное программное обеспечение:**

1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian — OEM-лицензии (поставляются в составе готового компьютера);

2. Операционная система Microsoft Windows 7 Professional — OEM-лицензии (поставляются в составе готового компьютера);

3. Программный пакет Microsoft Office 2007 — лицензия № 45829385 от 26.08.2009;

4. Программный пакет Microsoft Office 2010 Professional — лицензия № 48234688 от 16.03.2011;

5. Программный пакет Microsoft Office 2010 Professional — лицензия № 49261732 от 04.11.2011;

6. Комплексная система антивирусной защиты DrWEB Enterprise Suite — лицензия № 126408928;

7. 1С: Бухгалтерия 8 учебная версия — лицензионный договор № 01/200213 от 20.02.2013;

8. Программный комплекс IBM SPSS Statistic BASE — лицензионный договор № 20130218-1 от 12.03.2013;

9. Программный пакет LibreOffice — свободная лицензия Lesser General Public License

10. Корпоративная платформа Microsoft Teams. Проприетарная лицензия.

### **10.2. Электронно-библиотечная система:**

Электронная библиотечная система (ЭБС): <http://www.iprbookshop.ru/>

### **10.3. Современные профессиональные баз данных:**

1. Официальный интернет-портал базы данных правовой информации <http://pravo.gov.ru>

2. Портал "Информационно-коммуникационные технологии в образовании" <http://www.ict.edu.ru>

3. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru/>

4. Национальная электронная библиотека <http://www.nns.ru/>

5. Электронные ресурсы Российской государственной библиотеки <http://www.rsl.ru/ru/root3489/all>

6. Web of Science Core Collection — политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных — <http://webofscience.com>
7. Полнотекстовый архив ведущих западных научных журналов на российской платформе Национального электронно-информационного консорциума (НЭИКОН) <http://neicon.ru>
8. Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com>
9. [www.skrin.ru](http://www.skrin.ru) База данных СКРИН (крупнейшая база данных по российским компаниям, отраслям, регионам РФ)
10. [www.cbr.ru](http://www.cbr.ru) Сайт Центрального Банка Российской Федерации
11. [www.fcsn.ru](http://www.fcsn.ru) Официальный сайт Федеральной службы по финансовым рынкам (ФСФР)
12. [www.rbc.ru](http://www.rbc.ru) Сайт РБК («РосБизнесКонсалтинг» - ведущая российская компания, работающая в сферах масс-медиа и информационных технологий)
13. Информационный портал Правительства Москвы <http://www.mos.ru>
14. Информационный портал Управления государственной службы и кадров Правительства Москвы [www.hr.mos.ru](http://www.hr.mos.ru)

#### **10.4. Информационные справочные системы:**

1. Информационно-правовая система «Консультант+»
2. Информационно-справочная система «LexPro»
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>
4. [www.garant.ru](http://www.garant.ru) Информационно-правовая система Гарант

### **11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Для обеспечения образования инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по личному заявлению обучающегося разрабатывается адаптированная образовательная программа, индивидуальный учебный план с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, в частности применяется индивидуальный подход к освоению дисциплины, индивидуальные задания: рефераты, письменные работы и, наоборот, только устные ответы и диалоги, индивидуальные консультации, использование диктофона и других записывающих средств для воспроизведения лекционного и семинарского материала.

В целях обеспечения обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья библиотека комплектует фонд основной учебной литературой, адаптированной к ограничению их здоровья, предоставляет возможность удаленного использования электронных образовательных ресурсов, доступ к которым организован в ОАНО ВО «МПСУ». В библиотеке проводятся индивидуальные консультации для данной категории пользователей, оказывается помощь в регистрации и использовании сетевых и локальных электронных образовательных ресурсов, предоставляются места в читальном зале, оборудованные программами не визуального доступа к информации, экранными увеличителями и техническими средствами усиления остаточного зрения: Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная лупа; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранный диктор; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная клавиатура; экранная лупа OneLoupe; речевой синтезатор «Голос».

## 12. Лист регистрации изменений

Рабочая программа учебной дисциплины обсуждена и утверждена на заседании Ученого совета от «25» апреля 2022 г. протокол № 9

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	Утверждена решением Ученого совета на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 839	Протокол заседания Ученого совета от «30» января 2023 г. протокол № 5	01.09.2023
2.			
3.			