

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва–2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчик:

Москвина Нина Викторовна – к.п.с.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.п.с.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ПП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Консультативная психология» является: формирование системы знаний консультативной психологии в общетеоретических, прикладных и научно-практических аспектах, обучение определенным видам и способам деятельности, необходимым для решения практических задач психологического консультирования, развитие личностных и профессиональных качеств психолога – консультанта.

Задачи дисциплины:

- формирование знаний о видах психологической помощи, понимания принципов их применения;
- формирование умений выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности, влияющие на отклонения в поведении и взаимоотношениях с окружающими людьми;
- приобретение опыта реализовать систему основных понятий консультативной психологии;
- формирование умения ориентироваться в структуре психологического консультирования;
- формирование умений определять стратегии взаимодействия, планировать и корректировать свою деятельность в команде, применять полученные знания и навыки коммуникативного общения в практической деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Дисциплина «Консультативная психология» направлена на изучение применения методологий консультативной деятельности, практических приемов и систематизированных теорий психологического консультирования.

Дисциплина «Консультативная психология» является обязательной дисциплиной для формирования навыков и опыта практической деятельности в дальнейшей работе слушателей в различных организациях.

Содержание дисциплины «*Консультационная психология*» включает в себя следующие темы:

Тема 1. Цели и задачи психологического консультирования. Теории личности и практика консультирования.

Тема 2. Задачи взаимодействия психолога и клиента. Психологический запрос.

Тема 3. Основные процедуры и техники консультирования

Тема 4. Специфические (типовые) проблемы в консультировании

Преподавание дисциплины «*Консультационная психология*» осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы. Завершается дисциплина экзаменом.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

ПК 1.1. Способность проводить психологическое обследование населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами (А/01.6)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации;
- Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Теоретические основы психологического консультирования;
- Теоретические основы конфликтологии и управления конфликтами;
- Типы организационных структур и принципы развития предприятий;
- Порядок выявления приоритетных тем психологического консультирования;

Порядок заключения договора об оказании психологического консультирования и методики его заключения;

- Приемы установления консультационного контакта с получателем (получателями) психологического консультирования;
- Порядок психологического консультирования населения и трудовых коллективов

Уметь:

- Подбирать и применять комплекс диагностических методик для проведения психологического обследования населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами;
- Выявлять основные факторы, влияющие на мотивацию получателя (получателей) психологического консультирования в соответствии с целями психологического консультирования;
- Выявлять влияние психологических факторов на трудовую деятельность членов (участников) трудового коллектива предприятия, учреждения, организации;
- Применять методы изучения социально-психологического климата в коллективе;
- Использовать в работе профессиональные психологические тесты и опросники;
- Использовать новые методы и процедуры психологического консультирования;
- Выявлять приоритетные темы психологического консультирования;
- Оформлять договор об оказании консультационных услуг;
- Устанавливать консультационный контакт с получателем (получателями) психологического консультирования;
- Анализировать результаты психологического обследования;
- Составлять заключение по результатам мероприятий психологического обследования;
- Применять методы обработки информации, полученной в ходе проведения мероприятий психологического обследования;
- Выявлять причины для направления получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Определение целей психологического консультирования;
- Выявление первичных запросов получателя (получателей) психологического консультирования и ранжирование тем консультирования;
- Заключение договора об оказании психологического консультирования; Подбор диагностических инструментов для проведения психологического обследования;
- Проведение психологической диагностики населения и обработка полученной информации; Проведение комплекса мероприятий по исследованию трудового коллектива;

- Формирование мотивации к прохождению курса психологического консультирования;
- Обобщение результатов психологического обследования трудового коллектива;
- Подготовка рекомендаций по направлению получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам (по необходимости).

ПК 2.1. Способность к организация мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов в сфере спорта, физической культуры и в экстремальной деятельности (В/01.7)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Особенности организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Основные принципы и методы управления;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Принципы и методы профилактики профессионального выгорания;
- Знание современных средств информационно-коммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Планировать реализацию мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать мероприятия психологического консультирования в соответствии с согласованными программами и графиками;
- Применять принципы и методы управления работниками и непосредственными исполнителями, участвующими в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать практики управления деятельностью по организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Разрабатывать показатели эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организовывать оценку необходимой квалификации работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать потребности в организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Проводить деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Контролировать соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Осуществлять управленческую деятельность, принимать управленческие решения Систематизировать и анализировать правовую, организационную и

технологическую информацию, связанную с организацией мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

- Организовывать взаимодействие с государственными органами общественными организациями, профессиональными союзами, коллегияльными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.

- Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;

- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;

- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Планирование мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов⁴

- Организация укомплектованности штата работниками необходимой квалификации для проведения мероприятий психологического консультирования;

- Организация выбора непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;

- Распределение задач по выполнению мероприятий психологического консультирования между подразделениями (работниками);

- Разработка показателей эффективности мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов, критериев их оценки и методов контроля;

- Прогнозирование потребности в мероприятиях психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

- Применение практик по управлению мероприятиями психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

- Организация процедур оценки эффективности мероприятий психологического консультирования;

- Организация разработки рекомендаций по оптимизации эффективности мероприятий психологического консультирования;

- Организация взаимодействия со смежными специалистами в целях направления получателя (получателей) психологического консультирования (при необходимости);

- Создание безопасных условий труда для реализации мероприятий психологического консультирования;

- Разработка мер поощрения и дисциплинарного взыскания работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования ;

- Организация ведения отчетности и документации в соответствии с требованиями к срокам и качеству ее представления

ОПК-1 - способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности:

Знать:

- основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации;

Уметь:

- работать с компьютером;

Владеть:

- навыками самостоятельной работы в системе компьютерных технологий

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 34 часа, в том числе: лекции - 8 часа, практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа - 20 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Тема 1. Цели и задачи психологического консультирования. Теории личности и практика консультирования.	8	2	2	-	4	<i>Реферат по теме Контрольная работа</i>
2.	Тема 2. Задачи взаимодействия психолога и клиента. Психологический запрос	10	2	2	-	6	<i>Презентации по темам</i>
3.	Тема 3. Основные процедуры и техники консультирования	10	2	2	-	6	<i>Устный опрос</i>
4.	Тема 4. Специфические (типовые) проблемы в консультировании	6	2	-	-	4	<i>Тестирование</i>
	Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	<i>Экзамен</i>
	Всего	34	8	6		20	

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. Предмет, задачи и методы консультативной психологии

Определение психологического консультирования. Отличие психологического консультирования от психотерапии по целям, задачам, непрерывности и длительности контактов психолога с клиентом, по активности ролей, по их ответственности и стилю общения. Определение цели и задач психологического консультирования, их многообразие, различные цели взаимодействия психолога в процессе оказания психологической помощи. Прояснение проблемы клиента

Тема 2 Задачи взаимодействия психолога и клиента. Психологический запрос.

Базовые теоретические принципы основных школ консультирования и психотерапии: психоаналитическое направление, адлеровское направление, терапия поведения, рационально-эмотивная терапия, ориентированная на клиента терапия, экзистенциальная терапия. Условия результативности психологического консультирования

Тема 3. Основные процедуры и техники консультирования

Анализ психологических проблем. Первичные психологические гипотезы. Идентификация проблем и трудностей клиента. Осуществление психодиагностики. Корректировка гипотез. Формулирование психологического диагноза. Формулирование

психологического заключения. Сотрудничество со специалистами других сфер деятельности; Формулирование терапевтической задачи. Констатация потребности в помощи. Пути достижения конкретных изменений. Способы эффективного решения психологических проблем. Оценка психологического прогноза. Оценка реальных условий и возможностей решения консультативной задачи

Тема 4. Специфические (типовые) проблемы в консультировании

Ситуации и общие практические рекомендации по психологическому консультированию, связанному с развитием личности клиента, по проблемам, связанным с личными жизненными неудачами. Личностная психологическая проблематика. Практические рекомендации по психологическим защитам личности. Практические рекомендации по коммуникативному и социально-перцептивному психологическому консультированию. Практические рекомендации по проблемам межличностного консультирования.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.

- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.

- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.

- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности

- Дидактическая игра — это учебное занятие, организуемое в виде учебной игры, реализующее ряд принципов игрового, активного обучения и отличающееся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания. А также - один из методов активного обучения, предназначенный для развития познавательной активности учащихся. Дидактическая игра проводится с целью формирования умений и одновременно с целью фиксации уровня приобретённых умений. Дидактические игры предусматривают выполнение обучающимися практических заданий в искусственно заданных профессионально значимых ситуациях.

Дидактическая игра проводится по следующей схеме:

- 1) определение регламента работы: распределение студентов группы на микрогруппы, объяснение правил игры и функций участников, установление контрольного

времени для выполнения заданий, ознакомление с системой оценки итогов деятельности микрогрупп;

- 2) Организация «мозгового штурма» в микрогруппах;
- 3) Доклады представителей микрогрупп;
- 4) Оценка и самооценка студентами результатов деятельности.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие образовательные технологии:

- личностно-ориентированный подход;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- игровая образовательная технология (проведение дидактической игры).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Основы консультативной психологии [Электронный ресурс] / Л.И. Очирова. — Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017. — 97 с. — ISBN 978-5-9793-0049-8. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/614257>

б) Дополнительная литература:

1. Немов, Р.С. Психологическое консультирование: учеб. Для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология»: рек. М-вом образования РФ / Р.С. Немов. — М.: Владос, 2001. — 527 с.: ил. [189537](#)

2. Марина, И.Е. Психологическое консультирование детей-инвалидов, склонных к суицидальным формам поведения: учеб. Пособие: утв. Науч.-метод. советом Ин-та дополнит. Проф. Образования повышения квалификации и переподгот. Специалистов СибГТУ / И.Е. Марина, В.С. Нургалеев; Федер. Агентство по образованию, ГОУ ВПО «Сиб. Гос. технолог. Ун-т», Ин-т дополнит. Проф. Образования, повышения квалификации и переподгот. Специалистов. — Красноярск: [Изд-во СибГТУ], 2009. — 154 с.: табл. [251258](#)

3. Краснова, О.В. Психологическое консультирование как обучение клиента аутоуправлению по проблеме: опыт на основе структурно-динамического подхода = Psychological counselling as client's training to auto-management on the problem: experience based on the structural-dynamic approach // Учен. Зап. Ун-та им. П.Ф. Лесгафта. — 2014. - № 1 (107). — С. 59-66. Режим доступа : [HTTP://lesgaft-notes.spb.ru/files/1-107-2014/p59-66.pdf262862](http://lesgaft-notes.spb.ru/files/1-107-2014/p59-66.pdf262862)

4. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование: Теория и практика: учеб. Пособие для студентов ВУЗов / Н.Д. Линде. — М.: Аспект Пресс, 2009. — 255 с.: [183044](#)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.sportedu.ru/>

2. <https://lms.sportedu.ru/>

3. <http://lib.sportedu.ru/history.html>

4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

5. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

6. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

7. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

8. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

9. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС www.rucont.ru.

10. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

11. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности психолого-педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменной контрольной работы);
- защита рефератов;
- подведение итогов дидактической игры.

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы.

Тема 1. Предмет, задачи и методы консультативной психологии

Контрольная работа по разделу 1

1. Дайте определение психологического консультирования.
2. В чем отличие психологического консультирования от психотерапии?
3. С какими методами практического воздействия на клиента применяется психологическое консультирование?
4. Сравните базовые теоретические принципы основных школ консультирования и психотерапии.
5. В чем задачи взаимодействия психолога-консультанта и клиента.

Контрольная работа по разделу 2

1. Перечислите основные этические принципы консультирования. Дайте сравнительный анализ этических принципов в различных психологических школах.
2. Создайте модель психолога-консультанта (профессиональные умения и навыки и личностные качества).
3. Факторы, ведущие к ?профессиональному выгоранию? и меры профилактики этого явления.

Контрольная работа по разделу 3

1. Перечислите физические компоненты консультативного контакта, их значение в ситуации консультирования.
2. Перечислите эмоциональные компоненты консультативного контакта, их значение в ситуации консультирования.

3. Ценности и опасности явления ?переноса? в консультировании.
4. Докажите терапевтичность и антитерапевтичность контрпереноса.

Задание для самостоятельной работы - написать реферат по темам:

1. Причины и виды агрессивного поведения;
2. Индивидуально-типические особенности клиента, демонстрирующего агрессивное поведение.
3. Поведенческие техники нейтрализации вербальной агрессии: техника эмпатического слушания, техника резюмирования, отражения чувств.
4. Поведенческие техники снятия вербальной агрессии, техники релаксации, снятия мышечного напряжения.
5. Техники гештальттерапии в консультировании (работа с чувствами и ощущениями здесь и теперь, осознание потребностей);
6. Техники НЛП (актуализация положительного опыта, десенсибилизация к травмирующему событию, моделирование позитивного будущего).
7. Когнитивные техники: навыки позитивного мышления.

Тема2. Задачи взаимодействия психолога и клиента. Психологический запрос.

Задание для самостоятельной работы - подготовить презентацию по темам:

- 1.Определение психологического консультирования. Проблема самостоятельности решения, принимаемого клиентом.
- 2.Отличие психологического консультирования от индивидуальной и групповой психотерапии.
- 3.Цели и задачи психологического консультирования. Формулировка запроса клиенту; понятие психологических защит и сопротивления клиента в процессе консультирования.
4. Профессиональные компетенции консультанта: коммуникативная и эмоциональная компетентность, основы саморегуляции

Тема 3. Основные процедуры и техники консультирования

Устный опрос. Вопросы для подготовки к устному опросу:

- Понятие дисфункциональной семьи; психологических потребностей каждого члена семьи.
- Понятие психологических зависимостей в семье.
- Понятие психологических потребностей, реализуемых родителями за счет ребенка.
- Понятие жизненного сценария в детско-родительских отношениях.
- Психологическая помощь родителям в осознании собственных психологических проблем.
- Психологическое информирование родителей о причинах подростковых акцентуаций

Тема4. Специфические (типичные) проблемы в консультировании

Тестирование. Примерные вопросы для тестирования

- 1.Профессиональная помощь клиенту в поисках решения проблемных ситуаций это:
 - а) психологическое консультирование;
 - б) психологическая коррекция;
 - в) психотерапия;
 - г) медицина.
2. Консультирование можно рассматривать как:
 - а) особый вид отношений помощи;
 - б) некий репертуар возможных действий;
 - в) психологический процесс;
 - г) все ответы верны.
3. Приверженцами рассмотрения психологического консультирования как особого вида отношения помощи являются специалисты теории и практики консультирования:
 - а) психоаналитической;
 - б) бихевиоральной;

- в) клиенто-центрированной;
 - г) экзистенциальной.
4. В каком психологическом направлении люди рассматриваются в качестве реагирующих существ?
- а) в психоаналитическом;
 - б) в бихевиоральном;
 - в) в гуманистическом;
 - г) все ответы верны.
5. Задачи, с которыми люди сталкиваются на разных этапах своей жизни это:
- а) переход к независимому существованию;
 - б) поиск партнера;
 - в) адаптация к старости;
 - г) все ответы верны.
6. Конечная цель консультирования это:
- а) исправление (коррекция);
 - б) обеспечение психологического роста;
 - в) обеспечение развития;
 - г) научить клиентов оказывать помощь самим себе и таким образом научить их быть своими собственными консультантами.
7. Извлечение необходимых элементов из различных теорий в соответствии с требованиями практики это:
- а) интеграция;
 - б) приверженность одной теории;
 - в) эклектичность;
 - г) дифференциация.

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Профессиональная подготовка психолога-консультанта.
2. Виды психологического консультирования
3. История психологического консультирования.
4. Этапы и процедуры психологического консультирования.
5. Организация работы психологической консультации.
6. Основные проблемы в межличностных отношениях людей.
7. Основные вопросы семейного консультирования.
8. Консультирование по вопросам взаимоотношения супругов с их родителями.
9. Консультирование по вопросам детско-родительских отношений.
10. Психолого-педагогическое консультирование родителей детей - младших школьников.
11. Решение психолого-педагогических проблем подросткового возраста.
12. Консультирование родителей юношей и девушек.
13. Консультирование по оптимизации работоспособности.
14. Консультирование по вопросам профессионального самоопределения.
15. Управленческое консультирование.
16. Результативность психологического консультирования.
17. Тестовые методики в ситуации психологического консультирования.
18. Основные вопросы психологического консультирования по коммуникативным проблемам.
19. Особенности консультирования клиентов в психодинамических теориях.

20. Особенности консультирования клиентов в гештальт-психологии.
21. Особенности консультирования клиентов в транзактном анализе.
22. Особенности консультирования клиентов в направлении психогенетики.
23. Особенности консультирования клиентов в бихевиоризме.
24. Особенности консультирования клиентов в гуманистической психологии.
25. Психология горя: эмоциональные и когнитивные проявления.
26. Техника сдерживания травмирующих воспоминаний, актуализации положительного опыта, индивидуальная работа на смысл?.
27. Построение временной перспективы при утрате близкого, моделирование в воображении близкого и отдаленного будущего.
28. Особенности пожилого возраста.
29. Потребности пожилых людей: депривация потребности в общении.
30. Роль личностных особенностей консультанта в установлении психологического контакта с пожилым человеком, техники активного и эмпатического слушания.
31. Особенности личностного развития инвалида: понятие сверхкомпенсации в развитии.
32. Психологическая помощь в самоопределении и профессиональной ориентации инвалида, нахождении индивидуального конкурентного преимущества?.
33. Ответственность консультанта перед клиентом за результаты психологического консультирования.
34. Понятие конфиденциальности психологической консультации
35. Безоценочное поведение консультанта, помогающее общению, безусловное принятие клиента со стороны консультанта.
36. Причины и формы проявления профессиональных деформаций в психологическом консультировании.
37. Способы профилактики профессиональных деформаций в психологическом консультировании
38. Позитивное уважение клиента. Уровень уважения. Безусловность уважения.
39. Навыки создания и поддержания консультативного контакта.
40. Невербальное общение: структурирование невербального общения; невербальное поведение и структурирование времени; невербальное общение с использованием голоса; невербальное общение и структурирование окружения.
41. Несоответствие вербального и невербального поведения клиентов.
42. Интерпретация невербального поведения.
43. Условия физического пребывания консультанта и клиента.
44. Вербальное общение: активное слушание клиента; эмпатия.
45. Определение консультативного контакта.
46. Характерные черты консультативного контакта: (эмоциональность, интенсивность, динамичность, конфиденциальность, оказание поддержки, добросовестность).
47. Роль и значение консультативного контакта в различных психологических направлениях. Физические компоненты терапевтического климата.
48. Обстановка консультирования. Общие вопросы подготовки к психологическому консультированию.
49. Выбор и оборудование помещения для проведения психологического консультирования. Техническое оборудование психологической консультации.
50. Оформление помещения консультации, подготовка помещения консультации к проведению психологического консультирования.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка «*отлично*» ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
 - сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
 - не нарушены сроки выполнения задания.
- Оценка «*хорошо*» ставится, если:
- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
 - выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
 - сроки выполнения задания не нарушены.
- Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если:
- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
 - выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
 - отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
 - не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.
- Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если:
- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
 - выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
 - задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;

	<ul style="list-style-type: none"> - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, балы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к оценке ответа на экзамене

В качестве критериев оценок знаний слушателей на экзамене:

Отлично:

Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Хорошо:

Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Удовлетворительно:

Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Неудовлетворительно:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении

предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКИХ
КАЧЕСТВ**

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва – 2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчик:

Сопов Владимир Федорович – к. пс.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.пс.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ПП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Психологические аспекты воспитания физических качеств» является формирование системы знаний консультативной психологии в общетеоретических, прикладных и научно-практических аспектах, обучение определенным видам и способам деятельности, необходимым для решения практических задач психологического консультирования, развитие личностных и профессиональных качеств психолога – консультанта.

Задачи дисциплины:

- формирование теоретических и практических знаний о специфике воспитания видов физических качеств в отдельных видах спорта;
- выработка умения применять психологические знания в практической работе по подготовке высококвалифицированных спортсменов.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Дисциплина «Психологические аспекты воспитания физических качеств» является важнейшей основой для формирования навыков и дальнейшей работы психологов в различных организациях.

Содержание дисциплины включает в себя следующие темы:

Тема 1 Психологические механизмы адаптации к тренировочным нагрузкам.

Тема 2. Роль выносливости и мотивации к её воспитанию в процессе совершенствования физических качеств.

Преподавание дисциплины осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы. Завершается дисциплина *зачетом*.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

ПК 2.1. Способность к организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов в сфере спорта, физической культуры и в экстремальной деятельности (В/01.7)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Особенности организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Основные принципы и методы управления;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Принципы и методы профилактики профессионального выгорания;
- Знание современных средств информационнокоммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;

- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;

- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Планировать реализацию мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать мероприятия психологического консультирования в соответствии с согласованными программами и графиками;
- Применять принципы и методы управления работниками и непосредственными исполнителями, участвующими в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать практики управления деятельностью по организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Разрабатывать показатели эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организовывать оценку необходимой квалификации работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать потребности в организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Проводить деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Контролировать соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Осуществлять управленческую деятельность, принимать управленческие решения
- Систематизировать и анализировать правовую, организационную и технологическую информацию, связанную с организацией мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать взаимодействие с государственными органами общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.
- Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Планирование мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов⁴
- Организация укомплектованности штата работниками необходимой квалификации для проведения мероприятий психологического консультирования;
- Организация выбора непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;
- Распределение задач по выполнению мероприятий психологического консультирования между подразделениями (работниками);
- Разработка показателей эффективности мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов, критериев их оценки и методов контроля;

- Прогнозирование потребности в мероприятиях психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
 - Применение практик по управлению мероприятиями психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
 - Организация процедур оценки эффективности мероприятий психологического консультирования;
 - Организация разработки рекомендаций по оптимизации эффективности мероприятий психологического консультирования;
 - Организация взаимодействия со смежными специалистами в целях направления получателя (получателей) психологического консультирования (при необходимости);
 - Создание безопасных условий труда для реализации мероприятий психологического консультирования;
 - Разработка мер поощрения и дисциплинарного взыскания работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования ;
- Организация ведения отчетности и документации в соответствии с требованиями к срокам и качеству ее представления

ПК 2.2. Способность контролировать и проводить мониторинг деятельности по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов (В/02.7)

Знать:

- Конституция Российской Федерации;
- Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности ;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Способы, средства и порядок взаимодействия с государственными органами, общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части осуществления профессиональной деятельности;
- Основные принципы и методы управления;
- Методы оценки результатов и эффективности труда, системы, методы и формы стимулирования труда;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Знание современных средств информационнокоммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности ;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Контролировать сроки реализации мероприятий по психологическому консультированию;
- Контролировать выполнение показателей эффективности деятельности по психологическому консультированию;
- Контролировать применение методов, процедур, инструментов психологического консультирования;

- Контролировать результаты оценки квалификации работников и непосредственных исполнителей, участвующих в деятельности по психологическому консультированию;
- Анализировать результаты деятельности по психологическому консультированию;
- Составлять и контролировать применение методических рекомендаций по психологическому консультированию;
- Вести деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Вести процессы взаимодействия с государственными органами, общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части осуществления профессиональной деятельности;
- Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Проведения мониторинга эффективности деятельности по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов;
- Контроль за соблюдением законодательства и нормативных актов в части профессиональной деятельности;
- Контроль укомплектованности штата работниками необходимой квалификации;
- Контроль выполнения работниками должностных обязанностей, поставленных задач, их качества и сроков;
- Контроль деятельности непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;
- Контроль использования методов и инструментов деятельности по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов
- Контроль реализации мероприятий и применения методических рекомендаций в деятельности по психологическому консультированию населению и трудовым коллективам;
- Мониторинг показателей эффективности деятельности по психологическому консультированию, систематизация полученных результатов;
- Контроль соблюдения правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Контроль ведения отчетности и документации.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 30 часов, в том числе: лекции - 4 часа, практические занятия - 6 часов, самостоятельная работа - 20 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля успеваемости и

			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	промежуточной аттестации
1.	Тема 1 Психологические механизмы адаптации к тренировочным нагрузкам.	8	2	2	-	4	Реферат по теме Контрольная работа
2.	Тема 2. Роль выносливости и мотивации к её воспитанию в процессе совершенствования физических качеств	10	2	2	-	6	Презентации по темам
	Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	Зачет
	Всего	30	8	6	-	20	

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. Психологические механизмы адаптации к тренировочным нагрузкам

Структура спортивной деятельности. Психические состояния тренировки и соревнования - понятие об актуальных отрезках спортивной деятельности. Пограничные и патологические психические состояния спортсмена. Структура и уровни психического состояния. Теории стресса. Закон Йеркса-Додсона в диагностике состояний. Стресс-факторы спортивной деятельности. Психологические особенности тренировочной деятельности. Психологические особенности соревновательной деятельности. Направленность психологической подготовки в юношеском спорте. Определение целей и задач психологического консультирования при взаимодействии психолога в процессе развития определенных физических качеств. Осознание проблемы спортсмена в конкретном виде деятельности.

Тема 2. Роль выносливости и мотивации к её воспитанию в процессе совершенствования физических качеств

Модели личности и подготовленности спортсмена на различных этапах подготовки. в видах спорта. Структура мотивационной сферы спортсменов высокой квалификации. Методы диагностики мотивации. Особенности личности спортсменов группы циклических видов спорта. Психологическое содержание методик совершенствования выносливости. Виды выносливости. Индивидуальный стиль деятельности в Спорте Высших Достижений. Критерии результативности психологического консультирования при развитии видов выносливости.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных

ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.

- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.

- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.

- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие **образовательные технологии**:

- личностно-ориентированный подход;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - М.; СПб.: Питер, 2016. - 351 с.: ил. [253285](#)
2. Родионов, А.В. Психология детско-юношеского спорта : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300 : рек. Умо высш. учеб. заведений РФ по образованию / А.В. Родионов, В.А. Родионов. - М.: Физ. культура, 2013. - 277 с.: ил. [217780](#)

б) Дополнительная литература:

1. Немов, Р.С. Психологическое консультирование: учеб. Для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология»: рек. М-вом образования РФ / Р.С. Немов. – М.: Владос, 2001. – 527 с.: ил. [189537](#)
2. Сопов, В.Ф. Психологическое обеспечение отбора и многолетней подготовки спортсменов резерва в УОР // Науч.-пед. шк. в сфере физ. культуры и спорта : материалы междунар. науч.-практ. конгр, 30-31 мая 2018 г. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2018. - Ч. 2. - С. 147-151. [289360](#)
URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287646.pdf](http://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287646.pdf)
3. Сопов, В.Ф. Методы контроля психического состояния в спортивной деятельности [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для обучающихся по направлению подгот. 37.03.01 : профиль подгот. "Спортив. психолог" : квалификация (степ.) выпускника - бакалавр : формы обучения - оч., заоч. : утв. и рек. эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Сопов В.Ф. ; М-во спорта, туризма и молодеж. РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016.
4. [2589384](#). Линде, Н.Д. Психологическое консультирование: Теория и практика: учеб. Пособие для студентов ВУЗов / Н.Д. Линде. – М.: Аспект Пресс, 2009. – 255 с.: [183044](#)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.sportedu.ru/>
2. <https://lms.sportedu.ru/>
3. <http://lib.sportedu.ru/history.html>

4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
5. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
6. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
7. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
8. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
9. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.
10. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
11. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности психолого-педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменной работы);
- защита рефератов

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы.

Тема 1. Психологические механизмы адаптации к тренировочным нагрузкам

Контрольная работа по теме

1. Представить логическую схему спортивной деятельности.
2. Актуальные отрезки спортивной деятельности и психические состояния.
3. Структура и уровни психического состояния.
4. Закон Йеркса-Додсона в диагностике состояний.
5. Стресс-факторы спортивной деятельности.

Тема 2. Роль выносливости и мотивации к её воспитанию в процессе совершенствования физических качеств

Задание для самостоятельной работы.

Реферат и Презентация по темам:

1. Модели личности и подготовленности спортсмена на различных этапах подготовки в видах спорта. .
2. Структура мотивационной сферы спортсменов высокой квалификации. Методы диагностики.
3. Виды выносливости и особенности мотивации.

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *зачет*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Классификация видов спорта по Л.П. Матвееву.
2. Психологическая классификация видов спорта по Т.Т. Джамгарову.
3. Структура спортивной деятельности
4. Психологические особенности тренировочной деятельности.
5. Психологические особенности соревновательной деятельности.
6. Психологическая подготовка в системе многолетней подготовки спортсменов.
7. Направленность психологической подготовки в юношеском спорте.
8. Структура мотивационной сферы спортсменов высокой квалификации
9. Особенности личности спортсменов группы циклических видов спорта.
10. Психологическое содержание методик совершенствования выносливости.
11. Психологическое содержание методик совершенствования силы. Психологические методы борьбы с монотонией при тренировке представителей циклических видов спорта «на выносливость»
12. Психологическое содержание методов совершенствования быстроты
13. Особенности личности представителей сложно-координационных видов спорта.
14. Психологическое содержание методов совершенствования ловкости
15. Психологические методы самовоспитания воли
16. Методы коррекции мотивации при совершенствовании физических качеств
17. Особенности личности спортсменов в силовых видах спорта.
18. Особенности психологической подготовки спортсменов в игровых видах спорта.
19. Психологическая подготовка в структуре учебно-тренировочного процесса в спортивных школах.
20. Психологическая характеристика профессионального спортсмена. Особенности развития личности в профессиональном спорте.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка «*отлично*» ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка «*хорошо*» ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
- задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).

4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, балы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к оценке ответа на зачете

В качестве критериев оценок знаний слушателей на зачете:

Зачет - на зачете студент свободно ориентируется в материале и отвечает без затруднений. Способен к выполнению сложных заданий, постановке целей и выборе путей их реализации.

Незачет - обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СПОРТА**

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва – 2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчик:

Сопов Владимир Федорович – к. пс.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.пс.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ПП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Психология спорта высших достижений и профессионального спорта» - является освоение слушателями системы научно-практических знаний, умений и формирование компетенций при изучении актуальных проблем психологии спорта высших достижений и профессионального спорта.

Задачи дисциплины:

- формирование знаний о структуре и функциях психологии спорта высших достижений;
- формирование знаний об особенностях личности высококвалифицированного спортсмена и спортсмена-профессионала;
- формирование умений применять современные методы психодиагностики в спорте высших достижений.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Данная дисциплина предназначена для подготовки специалистов по направлению подготовки «Консультативная психология, психология спорта и экстремальных видов деятельности».

Дисциплина «Психология спорта высших достижений и профессионального спорта» относится к важнейшей основе для формирования навыков консультирования в сфере спортивной и экстремальной деятельности

В программу включены темы, изучение которых позволит психологу овладеть той системой знаний, которая необходима для внедрения в практику современных технологий психологического обеспечения подготовки спортсменов высшей квалификации.

Содержание дисциплины «Психология спорта высших достижений и профессионального спорта» включает в себя следующие темы:

Тема 1. Предмет, задачи, структура и функции психологии спорта высших достижений.

Тема 2. Современные методы психодиагностики в спорте высших достижений.

Тема 3. Особенности личности высококвалифицированного спортсмена и спортсмена-профессионала.

Преподавание дисциплины осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы. Завершается дисциплина *экзаменом*.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

ПК 2.1. Способность к организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов в сфере спорта, физической культуры и в экстремальной деятельности (В/01.7)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;

- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Особенности организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Основные принципы и методы управления;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Принципы и методы профилактики профессионального выгорания;
- Знание современных средств информационнокоммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Планировать реализацию мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать мероприятия психологического консультирования в соответствии с согласованными программами и графиками;
- Применять принципы и методы управления работниками и непосредственными исполнителями, участвующими в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать практики управления деятельностью по организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Разрабатывать показатели эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организовывать оценку необходимой квалификации работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать потребности в организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Проводить деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Контролировать соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Осуществлять управленческую деятельность, принимать управленческие решения
- Систематизировать и анализировать правовую, организационную и технологическую информацию, связанную с организацией мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать взаимодействие с государственными органами общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.
- Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Планирование мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов⁴
 - Организация укомплектованности штата работниками необходимой квалификации для проведения мероприятий психологического консультирования;
 - Организация выбора непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;
 - Распределение задач по выполнению мероприятий психологического консультирования между подразделениями (работниками);
 - Разработка показателей эффективности мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов, критериев их оценки и методов контроля;
 - Прогнозирование потребности в мероприятиях психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
 - Применение практик по управлению мероприятиями психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
 - Организация процедур оценки эффективности мероприятий психологического консультирования;
 - Организация разработки рекомендаций по оптимизации эффективности мероприятий психологического консультирования;
 - Организация взаимодействия со смежными специалистами в целях направления получателя (получателей) психологического консультирования (при необходимости);
 - Создание безопасных условий труда для реализации мероприятий психологического консультирования;
 - Разработка мер поощрения и дисциплинарного взыскания работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования ;
- Организация ведения отчетности и документации в соответствии с требованиями к срокам и качеству ее представления

ПК 2.2. Способность контролировать и проводить мониторинг деятельности по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов (В/02.7)

Знать:

- Конституция Российской Федерации;
- Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности ;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Способы, средства и порядок взаимодействия с государственными органами, общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части осуществления профессиональной деятельности;
- Основные принципы и методы управления;
- Методы оценки результатов и эффективности труда, системы, методы и формы стимулирования труда;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Знание современных средств информационно-коммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;

- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности ;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Контролировать сроки реализации мероприятий по психологическому консультированию;
- Контролировать выполнение показателей эффективности деятельности по психологическому консультированию;
- Контролировать применение методов, процедур, инструментов психологического консультирования;
- Контролировать результаты оценки квалификации работников и непосредственных исполнителей, участвующих в деятельности по психологическому консультированию;
- Анализировать результаты деятельности по психологическому консультированию;
- Составлять и контролировать применение методических рекомендаций по психологическому консультированию;
- Вести деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Вести процессы взаимодействия с государственными органами, общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части осуществления профессиональной деятельности;
- Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Проведения мониторинга эффективности деятельности по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов;
- Контроль за соблюдением законодательства и нормативных актов в части профессиональной деятельности;
- Контроль укомплектованности штата работниками необходимой квалификации;
- Контроль выполнения работниками должностных обязанностей, поставленных задач, их качества и сроков;
- Контроль деятельности непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;
- Контроль использования методов и инструментов деятельности по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов
- Контроль реализации мероприятий и применения методических рекомендаций в деятельности по психологическому консультированию населению и трудовым коллективам;
- Мониторинг показателей эффективности деятельности по психологическому консультированию, систематизация полученных результатов;
- Контроль соблюдения правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Контроль ведения отчетности и документации.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины – 22 часа, в том числе: лекции - 6 часов, практические занятия – 6 часов, самостоятельная работа - 10 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Тема 1 Предмет, задачи, структура и функции психологии спорта высших достижений.	10	2	2	-	2	Устный опрос Письменная работа
2.	Тема 2 Современные методы психодиагностики в спорте высших достижений	10	2	2	-	2	Устный опрос Письменная работа
3.	Тема 3. Особенности личности высококвалифицированного спортсмена и спортсмена-профессионала	2	2	2	-	6	Устный опрос Письменная работа
	Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	Экзамен
	Всего	22	6	6		10	

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. Предмет, задачи, структура и функции психологии спорта высших достижений.

Предмет и задачи в структуре спортивной деятельности. Актуальные проблемы психологии спорта высших достижений. Психические состояния тренировки и соревнования - понятие об актуальных отрезках спортивной деятельности... Теории стресса Г. Селье. Закон Йеркса-Додсона в диагностике состояний. Стресс-факторы спортивной деятельности. Характерные проявления повышенной эмоциональности, агрессивности и тревожности наблюдающиеся в разных видах спорта.

Определение целей и задач психологического консультирования при взаимодействии психолога в процессе психологической подготовки спортсмена высокого класса. Когнитивные проблемы спортсмена в конкретном виде спортивной деятельности.

Тема 2. Современные методы психодиагностики в спорте высших достижений

Требования спортивной деятельности к методам психодиагностики.

Структура мотивационной сферы спортсменов высокой квалификации. Методы диагностики мотивации. Роль темперамента в спорте и методы диагностики.

Методы диагностики актуальных психических процессов в видах спорта.

Индивидуальный стиль деятельности в Спорте Высших Достижений и проблема биоритмов.

Тема 3. Особенности личности высококвалифицированного спортсмена и спортсмена-профессионала

Модели личности и подготовленности спортсмена в различных видах спорта.

Особенности личности спортсменов в силовых видах спорта. Роль навыков мышечной релаксации в развитии быстроты. Роль вида мотивации в любительском и профессиональном видах спорта. Оценка реальных условий и возможностей коррекции свойств личности для решения основных задач психологической подготовки.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.

- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.

- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.

- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие *образовательные технологии*:

- личностно-ориентированный подход;

- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;

- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - М.; СПб.: Питер, 2016. - 351 с.: ил. [253285](#)

2. Родионов, А.В. Психология детско-юношеского спорта : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по

направлению 034300 : рек. Умо высш. учеб. заведений РФ по образованию / А.В. Родионов, В.А. Родионов. - М.: Физ. культура, 2013. - 277 с.: ил. [217780](#)

б) Дополнительная литература:

1. Сопов, В.Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности : учеб. пособие для студентов вузов физкультур. профиля: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / В.Ф. Сопов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Акад. Проект: Трикта, 2005. - 127 с.: ил. [124406](#)

2. Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений. Этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования : [монография] / Ф.А. Иорданская. - 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Спорт, 2021. - 177 с. - Библиогр.: с. 162-168. - ISBN 978-5-907225-39-8. URL: <https://rucont.ru/efd/739878> (дата обращения: 04.09.2021)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.sportedu.ru/>
2. <https://lms.sportedu.ru/>
3. <http://lib.sportedu.ru/history.html>
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
5. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
6. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
7. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
8. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
9. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.
10. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
11. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.2. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности психолого-педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

– индивидуальный или групповой устный опрос;

- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменной работы);
- защита рефератов;

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы.

Тема 1. Предмет, задачи, структура и функции психологии спорта высших достижений

Контрольная работа по теме.

1. Представить логическую схему психологии спорта высших достижений.
2. Психические состояния тренировки и соревнования.

Тема 2 Современные методы психодиагностики в спорте высших достижений

Устный опрос

1. Требования спортивной деятельности к методам психодиагностики.
2. Структура мотивационной сферы спортсменов высокой квалификации.
3. Методы диагностики мотивации.
4. Роль темперамента в спорте и методы диагностики.
5. Методы диагностики актуальных психических процессов в видах спорта.

Тема 3. Особенности личности высококвалифицированного спортсмена и спортсмена-профессионала

Устный опрос

1. Модели личности и подготовленности спортсменов различной квалификации в спорте.
2. Особенности мотивации спортсменов высокой квалификации и профессиональных спортсменов.
3. Виды демотиваторов в спорте высших достижений.

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Перечислите актуальные проблемы психологии спорта высших достижений.
2. Назовите методы диагностики: - психического состояния спортсмена, - психических качеств спортсмена, - структуры спортивной команды.
3. Чем определяется формирование определенного индивидуального стиля деятельности?
4. Какие характерные проявления повышенной эмоциональности, агрессивности и тревожности наблюдаются в вашем виде спорта?
5. Какие психические качества являются референтными (наиболее значимыми) для вашего вида спорта?
6. Динамика каких психических качеств определяет уровень тренированности спортсмена в вашем виде спорта?
7. В чем заключается специфика стрессовых состояний в спорте высших достижений?
8. Как проявляются индивидуальные особенности спортсмена в предстартовых состояниях?
9. Опишите психологические механизмы тренированности и спортивной формы.

10. Опишите современные психологические закономерности технической подготовки в вашем виде спорта.
11. Какие существуют психические установки на техническое совершенствование в вашем виде спорта?
12. Что такое идеомоторная тренировка?
13. В чем заключается принцип индивидуального подхода в спорте высших достижений?
14. Как должны учитываться особенности свойств темперамента и характера спортсмена в процессе реализации принципа индивидуального подхода?
15. Опишите психомышечную тренировку.
16. Опишите психорегулирующую тренировку.
17. Опишите ментальную тренировку.
18. Как необходимо учитывать индивидуальные особенности спортсмена при обучении методам психической саморегуляции?
19. Опишите особенности секундирования в спорте.
20. Назовите цели, задачи, средства и методы общей психологической подготовки.
21. Назовите цели, задачи, средства и методы психологической подготовки к конкретному соревнованию.
22. Опишите механизмы психологического консультирования.
23. Назовите цели, задачи, средства и методы психического восстановления спортсмена после соревнований.
24. Какие вы знаете факторы индивидуализации при выборе средств психического восстановления спортсмена после соревнований?
25. Опишите стили руководства в деятельности тренера.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка **«отлично»** ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка **«хорошо»** ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
- задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, балы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;

- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к оценке ответа на экзамене

В качестве критериев оценок знаний слушателей на экзамене:

Отлично:

Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Хорошо:

Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Удовлетворительно:

Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Неудовлетворительно:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва–2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчики:

Байковский Юрий Викторович, д-р. пед. наук, канд. психол. наук, профессор кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК);

Шумова Наталия Сергеевна, к.псх.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.псх.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ПП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «*Психология экстремальных видов деятельности*» является: изучение психологии поведения человека в экстремальных ситуациях; формирование у студентов представления о психологической специфике деятельности профессионалов, работающих в экстремальных средах, о методах профилактики и коррекции психотравматических расстройств.

Задачи дисциплины:

- формирование представления об истории развития и основных понятиях психологии экстремальной деятельности;
- ознакомление с видами экстремальной деятельности и экстремальных ситуаций, особенностями психологических условий и состояний, возникающих в экстремальной деятельности и экстремальных ситуациях;
- формирование понимания психологических проблем поведения в экстремальных ситуациях, умения выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности в экстремальной деятельности и экстремальных ситуациях;
- формирование умений решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Дисциплина «*Психология экстремальных видов деятельности*» направлена на изучение методологии, практических приемов и систематизированных теорий психологии экстремальных видов профессиональной деятельности.

Дисциплина является обязательной дисциплиной для формирования навыков и опыта практической деятельности в дальнейшей работе выпускников в различных организациях. Содержание дисциплины «*Психология экстремальных видов деятельности*» включает в себя следующие темы:

Тема 1. Предмет и задачи психологии экстремальных видов деятельности

Тема 2. Экстремальные ситуации, виды, особенности

Тема 3. Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных и критических ситуациях

Преподавание дисциплины «*Психология экстремальных видов деятельности*» осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы. Завершается дисциплина экзаменом.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

Профессиональные компетенции

ПК 1.1. Способность проводить психологическое обследование населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами (А/01.6):

Знать:

- Конституцию Российской Федерации;

- Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Теоретические основы психологического консультирования;
- Теоретические основы конфликтологии и управления конфликтами;
- Типы организационных структур и принципы развития предприятий;
- Порядок выявления приоритетных тем психологического консультирования; Порядок заключения договора об оказании психологического консультирования и методики его заключения;
- Приемы установления консультационного контакта с получателем (получателями) психологического консультирования;
- Порядок психологического консультирования населения и трудовых коллективов

Уметь:

- Подбирать и применять комплекс диагностических методик для проведения психологического обследования населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами;
- Выявлять основные факторы, влияющие на мотивацию получателя (получателей) психологического консультирования в соответствии с целями психологического консультирования;
- Выявлять влияние психологических факторов на трудовую деятельность членов (участников) трудового коллектива предприятия, учреждения, организации;
- Применять методы изучения социально-психологического климата в коллективе;
- Использовать в работе профессиональные психологические тесты и опросники;
- Использовать новые методы и процедуры психологического консультирования;
- Выявлять приоритетные темы психологического консультирования;
- Оформлять договор об оказании консультационных услуг;
- Устанавливать консультационный контакт с получателем (получателями) психологического консультирования;
- Анализировать результаты психологического обследования;
- Составлять заключение по результатам мероприятий психологического обследования;
- Применять методы обработки информации, полученной в ходе проведения мероприятий психологического обследования;
- Выявлять причины для направления получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Определение целей психологического консультирования;
- Выявление первичных запросов получателя (получателей) психологического консультирования и ранжирование тем консультирования;
- Заключение договора об оказании психологического консультирования; Подбор диагностических инструментов для проведения психологического обследования;
- Проведение психологической диагностики населения и обработка полученной информации; Проведение комплекса мероприятий по исследованию трудового коллектива;

- Формирование мотивации к прохождению курса психологического консультирования;
- Обобщение результатов психологического обследования трудового коллектива;
- Подготовка рекомендаций по направлению получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам (по необходимости).

ПК 2.1. Способность к организация мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов в сфере спорта, физической культуры и в экстремальной деятельности (В/01.7)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Особенности организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Основные принципы и методы управления;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Принципы и методы профилактики профессионального выгорания;
- Знание современных средств информационнокоммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Планировать реализацию мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать мероприятия психологического консультирования в соответствии с согласованными программами и графиками;
- Применять принципы и методы управления работниками и непосредственными исполнителями, участвующими в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать практики управления деятельностью по организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Разрабатывать показатели эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организовывать оценку необходимой квалификации работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать потребности в организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Проводить деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Контролировать соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Осуществлять управленческую деятельность, принимать управленческие решения Систематизировать и анализировать правовую, организационную и технологическую

информацию, связанную с организацией мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

– Организовывать взаимодействие с государственными органами общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.

– Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;

– Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;

– Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

– Планирование мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов⁴

– Организация укомплектованности штата работниками необходимой квалификации для проведения мероприятий психологического консультирования;

– Организация выбора непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;

– Распределение задач по выполнению мероприятий психологического консультирования между подразделениями (работниками);

– Разработка показателей эффективности мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов, критериев их оценки и методов контроля;

– Прогнозирование потребности в мероприятиях психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

– Применение практик по управлению мероприятиями психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

– Организация процедур оценки эффективности мероприятий психологического консультирования;

– Организация разработки рекомендаций по оптимизации эффективности мероприятий психологического консультирования;

– Организация взаимодействия со смежными специалистами в целях направления получателя (получателей) психологического консультирования (при необходимости);

– Создание безопасных условий труда для реализации мероприятий психологического консультирования;

– Разработка мер поощрения и дисциплинарного взыскания работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования ;

– Организация ведения отчетности и документации в соответствии с требованиями к срокам и качеству ее представления

Общекультурные компетенции

ОПК-1- способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности:

Знать:

– основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации;

Уметь:

– работать с компьютером;

Владеть:

- навыками самостоятельной работы в системе компьютерных технологий

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 32 часа, в том числе: лекции - 6 часов, практические занятия - 6 часов, самостоятельная работа - 20 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Предмет и задачи психологии экстремальных видов деятельности	10	2	2	-	6	<i>Устный опрос</i> <i>Письменная работа (реферат)</i>
2.	Экстремальные ситуации, виды, особенности	10	2	2	-	6	<i>Презентация</i>
3.	Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных и критических ситуациях.	12	2	2	-	8	<i>Устный опрос</i>
Итого часов: 32			6	6	-	20	Экзамен

Содержание учебного материала по дисциплине**Тема 1. Предмет и задачи психологии экстремальных видов деятельности**

Общие закономерности, принципы формирования, развития и проявления психики в специфических условиях экстремальной деятельности как предмет психологии экстремальных видов деятельности. Объективное и субъективное в оценке вида деятельности как экстремального.

Задачи психологии экстремальных видов деятельности: формирование знаний и навыков психологического анализа критических ситуаций с позиций оценки риска; формирование умений и навыков необходимых для профилактики негативного влияния интенсивных психотравмирующих факторов, предупреждения травматизации, сохранения и восстановления психологического здоровья; овладение средствами предоставления психологической (экстренной медико-психологической) помощи потерпевшим в экстремальной ситуации.

Основные психологические понятия и теоретические подходы к изучению экстремальных, чрезвычайных, критических ситуаций профессиональной деятельности и человека как субъекта профессиональной деятельности.

Тема 2 Экстремальные ситуации, виды, особенности

Экстремальная ситуация как внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию. Ситуации повышенной сложности и экстремальности. Социально-психологические задачи, трудные и экстремальные ситуации, социально-психологическая компетентность.

Основные психогенные факторы экстремальных условий, характеризующихся измененной афферентацией, измененной информационной структурой, социально-психологическими ограничениями и наличием фактора риска: монотония, измененные пространственная и временная структуры, ограничения личностно-значимой информации, одиночество, групповая изоляция и угроза для жизни.

Общие и отличительные особенности критической ситуации (КС), чрезвычайной ситуации (ЧС), экстремальной ситуации (ЭС). Классификации чрезвычайных и экстремальных ситуаций, их критерии. Критическая ситуация как ситуация, несущая угрозу гражданину или органу власти.

Типология экстремальных ситуаций по: содержанию действующих факторов; характеру возникновения, продолжительности действия; возможному решению, степени внезапности, скорости и масштабам распространения; по сфере жизнедеятельности людей.

Тема 3. Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных и критических ситуациях

Формирование психологической готовности к действиям в экстремальных видах деятельности, методы и приемы психологической саморегуляции.

Общие закономерности, механизмы, систематика психических состояний, психогенных реакций и расстройств в экстремальных, критических, чрезвычайных ситуациях, возможности их прогнозирования, профилактики, коррекции и регуляции.

Первичные реакции человека на экстремальные ситуации. Трехфазность течения острой аффективной реакции (подготовительная фаза, фаза взрыва, заключительная фаза). Два варианта острых аффективных реакций – гиперкинетический (ажитация, психомоторное возбуждение, кинестетическая разбалансированность (хаотичность движений), вокализованные реакции (плач, смех, крик и т.п.), фрагментарность восприятия, сужение и концентрация сознания на психотравмирующем объекте) и гипокинетический (двигательная заторможенность, невозможность говорить (мутизм), алекситимия, фрагментарность восприятия, сужение и концентрация сознания на психотравмирующем объекте).

Этапы адаптации к экстремальным ситуациям, характеризующиеся сменой эмоциональных состояний и появлением необычных психических феноменов: подготовительный, стартового психического напряжения, острых психических реакций входа, психической переадаптации, завершающего психического напряжения, острых психических реакций выхода и реадаптации. Антиципация в ситуации информационной неопределенности в генезе необычных психических состояний; ломка функциональных систем анализаторов, сформировавшихся в процессе онтогенеза или длительного пребывания в экстремальных условиях, нарушение протекания психических процессов, изменение системы отношений и взаимоотношений; активная деятельность личности по выработке защитных реакций в ответ на воздействие психогенных факторов или же восстановление прежних стереотипов реагирования.

Развитие нервно-психических расстройств при увеличении времени пребывания в измененных условиях и жестком воздействии психогенных факторов, а также при недостаточно высокой нервно-психической устойчивости и отсутствии мер профилактики. Этап неустойчивой психической деятельности, характеризующийся появлением препатологических состояний.

Этап глубоких психических изменений, не обособившихся в формы нервно-психических заболеваний, как психологическая норма.

Механизмы психологической адаптации к экстремальной ситуации.

Пути преодоления разных видов экстремальных ситуаций, профессионально важные качества, повышающие результативность и надежность контингента, занятого выполнением экстремальных видов деятельности. Приемы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.
- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.
- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.
- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.
- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности
- Дидактическая игра — это учебное занятие, организуемое в виде учебной игры, реализующее ряд принципов игрового, активного обучения и отличающееся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания. А также - один из методов активного обучения, предназначенный для развития познавательной активности учащихся. Дидактическая игра проводится с целью формирования умений и одновременно с целью фиксации уровня приобретённых умений. Дидактические игры предусматривают выполнение обучающимися практических заданий в искусственно заданных профессионально значимых ситуациях.

Дидактическая игра проводится по следующей схеме:

- 1) определение регламента работы: распределение студентов группы на микрогруппы, объяснение правил игры и функций участников, установление контрольного времени для выполнения заданий, ознакомление с системой оценки итогов деятельности микрогрупп;
- 2) Организация «мозгового штурма» в микрогруппах;
- 3) Доклады представителей микрогрупп;
- 4) Оценка и самооценка студентами результатов деятельности.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие **образовательные технологии**:

- личностно-ориентированный подход;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- игровая образовательная технология (проведение дидактической игры).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Марина, И.Е. Психология экстремальных ситуаций [Электронный ресурс] / И.Е. Марина. –: [Б.и.], 2009. – 35 с. – Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/288337>
2. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - М.; СПб.: Питер, 2019. - 351 с.: ил. 314329

б) Дополнительная литература:

1. Методологические основы психологии / Л. В. Шibaева. – Сургут : Издательство Дефис, 2005. – 105 с. – Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/254098>
2. Романова, Е.С. Психодиагностика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : доп. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Е.С. Романова. - 2-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 400 с.: ил. 180306
3. Аванесян, Г.М. Внедрение универсальной модели компьютерной психодиагностики в процесс отбора / Аванесян Г.М. // 8 Международ. науч.-практ. конф. психологов физ. культуры и спорта "Рудиковские чтения", 5 - 7 июня 2012 г.: материалы / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. гос. ун-т физ.культуры, спорта и туризма, Межрегион. обществ. орг. "Сообщество психологов спорта и физ. культуры". - М., 2012. - С. 221-224. 201103
4. Байковский, Ю.В. Психодиагностика предстартовых состояний спортсменов / Байковский Ю.В., Савинкина А.О., Ковалева А В. // Науч.-пед. шк. в сфере физ. культуры и спорта: материалы междунар. науч.-практ. конгр, 30-31 мая 2018 г. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2018. - Ч. 2. - С. 179-186. Режим доступа: [HTTP://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287646.pdf](http://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287646.pdf) 289368

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<https://www.sportedu.ru/>
<https://lms.sportedu.ru/>
<http://lib.sportedu.ru/history.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

Операционная система – Microsoft Windows.

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.

Локальная антивирусная программа – Dr.Web (или аналог).

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe AcrobatDC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
<http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменной работы);
- защита рефератов;
- подведение итогов дидактической игры.

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы.

Тема 1. Предмет и задачи психологии экстремальных видов деятельности

Устный опрос

1. Перечислите основные требования экстремальных видов деятельности и деятельности в особых и экстремальных условиях к психике профессионального контингента, занимающегося этими видами деятельности.
2. Раскройте понятия «регулярная и аномальная» зоны деятельности.
3. Перечислите основные методы изучения деятельности в экстремальных условиях.
4. Как изменяется поведение и функциональное состояние в экстремальных условиях?
5. Что такое физиологический эквивалент деятельности? Раскройте понятие «психофизиологическая адаптация».

Задание для самостоятельной работы.

Письменная работа по одной из тем (реферат):

1. Профессиональный трудовой стресс. Экстремальные состояния и их динамика. Реакция тревоги. Аффекты и паника.
2. Классификация экстремальных профессий и их краткая характеристика.
3. Спорт как модель экстремальной профессиональной деятельности.

4. Психологическая специфика деятельности пожарных и спасателей.
5. Профессиональные деформации личности.
6. Профотбор в экстремальной профессиональной деятельности.
7. Психологическая специфика деятельности работников войсковых подразделений и полиции.
8. Боевой стресс и особенности его проявления.
9. Работа военного психолога.
10. Терроризм как пример асоциальной деятельности, сопряженной с экстримом.
11. Экстремальные аспекты деятельности политика, водителя, охранника, журналиста, диспетчера, полярника и др.
12. Основные способы психологической профилактики неблагоприятных состояний в экстремальных видах деятельности.
13. Экстремальные увлечения как пример экстремальной деятельности.
14. Готовность к деятельности в экстремальных условиях. Личностный адаптационный потенциал. Экстремальные способности и экстремальная подготовка.
15. Психологические особенности управленческой деятельности в экстремальных ситуациях.

Тема 2. Экстремальные ситуации, виды, особенности

Задание для текущего контроля успеваемости (выполняется работа по одной из тем на практических занятиях и по одной из тем – в качестве самостоятельной работы).

Темы и структура презентаций:

1. Основные группы экстремальных факторов внешних условий деятельности. Влияние того или иного оцениваемого фактора (выбирается самостоятельно или по согласованию с преподавателем) на четыре основных компонента деятельности человека (интенционный компонент (потребностно-мотивационная сфера); операционный компонент (структура деятельности, ее эффективность); активационно-регуляторный компонент (состояния, регулирующие специфическую деятельность); базовый компонент (состояние физиологических функций, обеспечивающих неспецифическую напряженность).
2. Особые и экстремальные условия деятельности. Определение, классификация, общее и отличия. Факторы, от которых зависит переносимость экстремальных условий.
3. Многомерный учет комплекса взаимодействующих (комбинированных) факторов и способы их научно обоснованной оптимизации на основе психологической концепции экстремальных условий деятельности. Перечень факторов, действующих в трех точках взаимодействия внешних условий и процесса деятельности (непосредственное физиологическое влияние внешних условий на деятельность и результат, влияние внешних условий на психологическую структуру деятельности, промежуточный вариант – внешние условия оказывают физиологическое влияние на деятельность и результат, после чего изменения в деятельности осознаются, что направляет внимание на первичные внешние условия).
4. Психогенные факторы. Определение, классификация, краткая характеристика. Психогенные факторы, обусловленные малой интенсивностью работы, психогенные факторы, обусловленные чрезмерной интенсивностью деятельности, психогенные факторы информационного характера.
5. Методы исследования обстановки сотрудниками в экстремальной ситуации. Алгоритм оценки обстановки и принятие решения сотрудниками в экстремальной ситуации.

Тема 3. Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных и критических ситуациях

Устный опрос

1. Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях. «регулярная и аномальная» зоны деятельности.
2. Особые и экстремальные условия деятельности.
3. Методы изучения деятельности в экстремальных условиях.
4. Изменения поведения и функционального состояния в экстремальных условиях.
5. Переносимость экстремальных условий и психологическая концепция экстремальных условий деятельности.
6. Экстремальные факторы внешних условий деятельности.
7. Физиологический эквивалент деятельности и психофизиологическая адаптация.
8. Экстремальные состояния.
9. Психогенные факторы, обусловленные малой интенсивностью работы.
10. Психогенные факторы, обусловленные чрезмерной интенсивностью деятельности.
11. Психогенные факторы информационного характера.
12. Профессиональный трудовой стресс.
13. Экстремальные состояния и их динамика.
14. Реакция тревоги. Аффекты и паника.

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях. «регулярная и аномальная» зоны деятельности.
2. Особые и экстремальные условия деятельности.
3. Методы изучения деятельности в экстремальных условиях.
4. Изменения поведения и функционального состояния в экстремальных условиях.
5. Переносимость экстремальных условий и психологическая концепция экстремальных условий деятельности.
6. Экстремальные факторы внешних условий деятельности.
7. Физиологический эквивалент деятельности и психофизиологическая адаптация.
8. Экстремальные состояния.
9. Психогенные факторы, обусловленные малой интенсивностью работы.
10. Психогенные факторы, обусловленные чрезмерной интенсивностью деятельности.
11. Психогенные факторы информационного характера.
12. Профессиональный трудовой стресс.
13. Экстремальные состояния и их динамика.
14. Реакция тревоги. Аффекты и паника.
15. Экстремальные профессии.
16. Спорт как модель экстремальной профессиональной деятельности.
17. Психологическая специфика деятельности пожарных и спасателей.
18. Профессиональные деформации личности.
19. Профотбор в экстремальной профессиональной деятельности.
20. Психологическая специфика деятельности работников войсковых подразделений и полиции.
21. Боевой стресс и особенности его проявления.
22. Работа военного психолога.
23. Терроризм как пример асоциальной деятельности, сопряженной с экстримом.
24. Экстремальные аспекты деятельности политика, водителя, охранника, журналиста, диспетчера, полярника и др.

25. Основные способы психологической профилактики неблагоприятных состояний в экстремальных видах деятельности.
26. Экстремальные увлечения как пример экстремальной деятельности.
27. Готовность к деятельности в экстремальных условиях.
28. Личностный адаптационный потенциал.
29. Психологические особенности управленческой деятельности в экстремальных ситуациях.
30. Экстремальные способности и экстремальная подготовка.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка «*отлично*» ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка «*хорошо*» ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
- задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере:

межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, балы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к оценке ответа на экзамене

В качестве критериев оценок знаний слушателей на экзамене выставляется оценка:

Отлично:

Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Хорошо:

Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу,

рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Удовлетворительно:

Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Неудовлетворительно:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ МЕЖГРУППОВЫХ ОТНОШЕНИЙ

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва–2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчики:

Шумова Наталия Сергеевна, к.псх.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.псх.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ПП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная психология межгрупповых отношений» является: системное изучение важнейших положений современной психологии о природе и особенностях развития психики человека в группе, о личностном и социальном развитии; формирование целостного представления о закономерностях психосоциального развития и социального функционирования и межгрупповых отношений.

Задачи дисциплины:

- усвоения системы базовых психологических и социально-психологических понятий;
- изучения психологических особенностей и закономерностей становления и развития личности в группе;
- развития навыков социально-психологического мышления, формирование способности к анализу и решению психологических ситуаций, возникающих в процессе межгруппового взаимодействия;
- развития навыков межгруппового взаимодействия и решения личностью психологических ситуаций, возникающих в процессе межгруппового взаимодействия, в соответствии с выполняемой в деятельности ролью.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Дисциплина «Социальная психология межгрупповых отношений» направлена на изучение методологии, практических приемов и систематизированных теорий социальной психологии межгрупповых отношений.

Дисциплина является обязательной дисциплиной для формирования навыков и опыта практической деятельности в дальнейшей работе выпускников в различных организациях.

Содержание дисциплины «*Социальная психология межгрупповых отношений*» включает в себя следующие темы:

Тема 1 Общественные и межличностные отношения. Личность в социальном пространстве.

Тема 2 Психология общения.

Преподавание дисциплины «*Социальная психология межгрупповых отношений*» осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы.

Завершается дисциплина *экзаменом*.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

Профессиональные компетенции

ОПК-1- способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности:

Знать:

- основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации;

Уметь:

- работать с компьютером;

Владеть:

- навыками самостоятельной работы в системе компьютерных технологий

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 18 часов, в том числе: лекции - 4 часа, практические занятия - 4 часа, самостоятельная работа - 10 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая само-ю работу обуч-ся в соответствии с учебным планом (в академ. часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Общественные и межличностные отношения. Личность в социальном пространстве	9	2	2	-	5	Устный опрос Письменная работа (реферат)
2.	Психология общения	9	2	2	-	5	Презентация
Итого часов: 18			4	4	-	10	Зачет

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. *Общественные и межличностные отношения. Личность в социальном пространстве*

Определяющая роль общественных отношений для развития индивидуального сознания. Общее и особенное в социальных и межличностных отношениях. Личность и общение в системе общественных и межличностных отношений. Социальная роль как общественно-необходимый вид социальной деятельности, как способ поведения личности, определяемый ее местом в системе общественных отношений и возможность приобретения ими «личностной» окраски (различные «стили» исполнения социальной роли).

Возникновение межличностных отношений внутри системы общественных отношений. Межличностные отношения как реальность общественных отношений, как форма их проявления. Феномен аттракции в межличностных отношениях. Детерминанты аттракции: пространственная близость, частота взаимодействия, физическая привлекательность, сходство установок и ценностей, сходство биографических характеристик и личностных черт. Динамика межличностных отношений. Межличностная совместимость. Агрессия в межличностных отношениях. Конфликты в межличностных отношениях. Стратегии поведения в конфликте.

Социальное пространство как набор социальных ситуаций, как «поле» межличностного взаимодействия и как среда организационного функционирования. Социальная ситуация,

ее структура, типология, влияние на личность. Взаимоотношения в группе и свойства личности. Социализация личности. Средства, методы, механизмы и институты социализации. Явление ресоциализации. Социальное поведение личности и его регуляция. «Я-концепция» и самооценка. Социальная идентичность как часть «Я-концепции». Социальные убеждения и суждения. Социальные установки. Социальные роли. Взаимовлияние личности и социальной роли.

Тема 2. Психология общения

Общение и социальное поведение личности. Возможность исследования общения в различных системах научного знания: на философском, социологическом, социально-психологическом, психофизиологическом уровнях.

Значение общения для развития индивида и для развития общества. Историческое развитие форм общения в человеческом обществе. Специфика развития общения в онтогенезе.

Единство общения и деятельности. Различные точки зрения на структуру общения. Содержание, формы и механизмы общения. Основные стороны процесса общения: коммуникативная, интерактивная, перцептивная; их связь с характером совместной деятельности и характером отношений партнеров по общению. Факты и эффекты межличностного познания. Самоподача как способ управления познанием другого. Специфика коммуникативного процесса между людьми: обогащение и развитие информации в ходе ее «движения»; активная позиция партнеров в коммуникативном процессе. Коммуникативные барьеры. Вербальная и невербальная коммуникации.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.
- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.
- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.
- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.
- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности
- Дидактическая игра — это учебное занятие, организуемое в виде учебной игры, реализующее ряд принципов игрового, активного обучения и отличающееся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания. А также - один из методов активного обучения, предназначенный для развития познавательной активности учащихся. Дидактическая игра проводится с целью формирования умений и

одновременно с целью фиксации уровня приобретённых умений. Дидактические игры предусматривают выполнение обучающимися практических заданий в искусственно заданных профессионально значимых ситуациях.

Дидактическая игра проводится по следующей схеме:

- 1) определение регламента работы: распределение студентов группы на микрогруппы, объяснение правил игры и функций участников, установление контрольного времени для выполнения заданий, ознакомление с системой оценки итогов деятельности микрогрупп;
- 2) Организация «мозгового штурма» в микрогруппах;
- 3) Доклады представителей микрогрупп;
- 4) Оценка и самооценка студентами результатов деятельности.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие **образовательные технологии**:

- личностно-ориентированный подход;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- игровая образовательная технология (проведение дидактической игры).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Андреева, Г.М. Социальная психология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности "Психология" : рек. М-вом образования РФ / Г.М. Андреева. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Аспект Пресс, 2008. - 363 с.: ил. [163254](#)
2. Социальная психология : учеб. пособие для студентов вузов : рек. Советом Умо ун-тов РФ по психологии / ред. Сухов А.Н., Деркач А.А. - 2-е изд., испр. - М.: Academia, 2002. - 600 с.: табл. [116312](#)
3. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика : учеб. для студентов вузов : доп. Умо по направлениям пед. образования М-ва образования и науки РФ / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. - М.; СПб.: Питер, 2019. - 620 с.: ил. [314088](#)

б) Дополнительная литература:

1. Андреев, Г.М. Психология социального познания : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. УМО по клас. унив. образованию / Г.М. Андреева. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Аспект-пресс, 2005. - 302 с.: ил. [186185](#)
2. Романова, Е.С. Психодиагностика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : доп. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Е.С. Романова. - 2-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 400 с.: ил. [180306](#)
3. Методологические основы психологии / Л. В. Шibaева .— Сургут : Издательство Дефис, 2005 .— 105 с. — [URL: https://rucont.ru/efd/254098](https://rucont.ru/efd/254098) (дата обращения: 03.09.2023)
4. Хасан, Б.И. Психология конфликта и переговоры : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Б.И. Хасан, П.А. Сергоманов. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 191 с.: ил. [168493](#)
5. Шихирев, П.Н. Современная социальная психология в Западной Европе : проблемы методологии и теории / П.Н. Шихирев ; Акад.наук СССР, Ин-т психологии ; отв. ред. Е.В. Шорохова. - М.: Наука, 1985. - 175 с. [73717](#)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- <https://www.sportedu.ru/>
- <https://lms.sportedu.ru/>
- <http://lib.sportedu.ru/history.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

Операционная система – Microsoft Windows.

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.

Локальная антивирусная программа – Dr.Web (или аналог).

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – AdobeAcrobatDC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменного работы);
- подведение итогов дидактической игры.

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы.

Тема 1. Общественные и межличностные отношения. Личность в социальном пространстве

Устный опрос

1. Каково содержание понятий «общественные» и «межличностные» отношения?
2. В чем суть феномена аттракции?
3. Какие факторы способствуют возникновению аттракции в процессе формирования межгрупповых отношений?
4. Каким образом особенности личности влияют на развитие межличностных отношений?
5. Какова природа человеческой агрессии?
6. В чем своеобразие различных подходов к конфликту?
7. Какая из стратегий поведения в межгрупповом конфликте представляется вам наиболее предпочтительной?
8. Какова сущность понятия «общение»?
9. Каково содержание понятия «взаимопонимание» и каковы его механизмы?
10. Какие механизмы межличностного познания искажают образ воспринимаемого человека, относящегося к другой социальной группе?
11. Охарактеризуйте влияние различных условий на самоподачу в межгрупповом общении.
12. Что понимается под большими социальными группами? На какие виды они разделяются?
13. Какие основные элементы составляют психологию больших социальных групп?
14. Какова роль социальных и этнических стереотипов в жизни больших групп?
15. Какие признаки характеризуют толпу как социальную группу?
16. Чем характеризуется поведение людей в толпе?
17. Каковы механизмы управления толпой?
18. Каковы психологические характеристики массы?
19. Что предрасполагает к возникновению панических состояний людей?
20. Каким образом осуществляется профилактика слухов в большой группе?
21. Какова роль социальных стереотипов в регуляции взаимоотношений личности с представителями чужих социальных групп?
22. Раскройте сущность механизмов массового воздействия на людей?
23. Дайте характеристику основных феноменов межгруппового взаимодействия.
24. Какие теоретические подходы к изучению межгрупповых отношений вам известны?
25. Приведите примеры внутригруппового фаворитизма в отношениях между молодежными группами.
26. Как связаны изменения межгрупповых отношений и изменение формы собственности?
27. Как связаны между собой внутригрупповые и межгрупповые отношения?
28. В какой мере случайные встречи способны изменить жизненный путь личности?
29. Каково содержание социального пространства личности?
30. Каково содержание социальной установки личности?

Задание для самостоятельной работы.

Письменная работа по одной из тем (реферат):

1. Особенности межличностных отношений в группе подростков. Подростковый «сленг».
2. Агрессивность в межличностных отношениях подростков.
3. Изучение влияния общения на социализацию личности.
4. Изучение социально-психологического климата подросткового коллектива.
5. Изучение аттракции в межличностных отношениях старшеклассников.
6. СПТ - как средство развития коммуникативных умений старшеклассников.
7. Социометрия как метод изучения межличностных отношений в коллективе.
8. Влияние ценностных ориентации студентов на межличностные отношения.
9. Влияние типа семейного воспитания на проявление вербальной агрессии подростков.

10. Изучение влияния средств массовой коммуникации на ценностные ориентации студентов.
11. Имидж современного руководителя-женщины.
12. Социально-психологическая компетентность руководителя молодежного объединения.
13. Барьеры общения в профессиональной деятельности.
14. Деловая игра как средство развития компетентности в общении.
15. Изучение совместимости в молодежном коллективе.
16. Влияние самооценки на статус личности в коллективе.
17. Влияние «Я-концепции» на ролевой «репертуар личности».
18. Влияние самооценки руководителя на выбор стиля профессионального общения.
19. Зависимость методов психологического воздействия от личных особенностей руководителя.
20. Манипуляции в профессиональном общении.
21. Изучение влияния СМИ на проявления агрессии в межличностных отношениях подростков.
22. Мода как средство общения в старшем школьном возрасте.
23. Изучение психологии толпы в отечественной и зарубежной социальной психологии.
24. Изучение влияния рекламы на формирование спроса товаров у потребителя.
25. Межгрупповые конфликты.

Тема 2. Психология общения

Задание для текущего контроля успеваемости (выполняется работа по одной из тем на практических занятиях и по одной из тем – в качестве самостоятельной работы).

Темы презентаций:

1. Характеристика общения (коммуникация, перцепция, интеракция) в межгрупповых отношениях.
2. Групповая сплоченность и групповое принятие решений. Конформизм.
3. Самоподача и коммуникативные барьеры в общении.
4. Социометрия. Образование малой группы, структура и динамика малой группы. Лидерство в малой группе.
5. Социально-психологический климат коллектива.
6. Социализация и социальное пространство личности.
7. Социальная ситуация.
8. Социальные роли.
9. Межличностная совместимость.
10. Общественные и межличностные отношения.
11. Аттракция.
12. Динамика межличностных отношений.
13. Агрессия и конфликты в межличностных и межгрупповых отношениях.
14. Механизмы воздействия людей друг на друга (заражение, внушение, убеждение, подражание).
15. Общая характеристика и классификация малых социальных групп.

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Общественные и межличностные отношения.
2. Аттракция.

3. Межличностная совместимость.
4. Агрессия и конфликты в межличностных отношениях.
5. Характеристика общения (коммуникация, перцепция, интеракция).
6. Самопрезентация, самоподача в общении, коммуникативные барьеры.
7. Характеристика больших социальных групп.
8. Психология социальных классов и этнических групп.
9. Общая характеристика и типы стихийных групп: толпа, масса, публика.
10. Массовые социальные движения.
11. Механизмы воздействия людей друг на друга (заражение, внушение, убеждение, подражание).
12. Мода и общественное мнение.
13. Основные характеристики малой группы. Социометрия.
14. Классификация малых групп.
15. Образование малой группы. Общая характеристика структуры малой группы. Динамика межличностных отношений и структуры группы.
16. Конформизм.
17. Групповая сплоченность.
18. Групповое принятие решений.
19. Лидерство в малой группе.
20. Общая характеристика межгрупповых отношений. Социально-психологический климат коллектива.
21. Факторы детерминации межгрупповых отношений.
22. Социальное пространство личности.
23. Социализация личности.
24. Социальная ситуация.
25. Социальные роли.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка **«отлично»** ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка **«хорошо»** ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;

- задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, балы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к оценке ответа на зачете

В качестве критериев оценок знаний слушателей на зачете выставляется оценка:

«Зачтено» - на зачете студент свободно ориентируется в материале и отвечает без затруднений. Способен к выполнению сложных заданий, постановке целей и выборе путей их реализации.

«Незачтено» - обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

**ПРАКТИКА СЕМЕЙНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»**

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва–2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчик:

Москвина Нина Викторовна – к.п.с.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.п.с.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ПП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины (модуля) является: формирование знаний по теории, методологии и практике психологии семьи, о возможностях психологии семьи в повышении устойчивости и функциональности семьи, охране здоровья людей в семейных отношениях, преодолении негативного влияния семьи на здоровье ее членов и общества в целом, диагностике и коррекции.

Задачи дисциплины:

- формирование знаний о видах психологической помощи, понимания принципов их применения;
 - формирование умений выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности, влияющие на отклонения в поведении и взаимоотношениях с окружающими людьми;
 - приобретение опыта реализовать систему основных понятий в практике семейного консультирования;
 - формирование умения ориентироваться в структуре психологического консультирования;
- формирование умений определять стратегии взаимодействия, планировать и корректировать свою деятельность в команде, применять полученные знания и навыки коммуникативного общения в практической деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Дисциплина *«Практика семейного психологического консультирования»* направлена на изучение основ и особенностей применения семейного психологического консультирования.

Структура программы разработана на основе принципа непрерывного учебного процесса, т.е. содержание изучаемых разделов и тем представляет собой логически взаимосвязанную систему знаний, умений и навыков, которая разделяется на ступени без потери логики и необходимого содержания обучения. Ранее усвоенные знания, навыки и владения являются необходимыми элементами для последующего формирования компетенций.

Содержание дисциплины *«Практика семейного психологического консультирования»* включает в себя следующие темы:

Тема 1. Основные направления семейного консультирования и семейной психотерапии

Тема 2. Общие вопросы семейного консультирования и семейной психотерапии

Тема 3. Организационные и процессуальные вопросы семейного консультирования и семейной психотерапии Техники супружеского консультирования и семейной психотерапии.

Преподавание дисциплины *«Практика семейного психологического консультирования»* осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы.

Завершается дисциплина экзаменом.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

Профессиональные компетенции

ПК 1.1. Способность проводить психологическое обследование населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами (А/01.6):

Знать:

- Конституцию Российской Федерации;
- Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Теоретические основы психологического консультирования;
- Теоретические основы конфликтологии и управления конфликтами;
- Типы организационных структур и принципы развития предприятий;
- Порядок выявления приоритетных тем психологического консультирования;
- Порядок заключения договора об оказании психологического консультирования и методики его заключения;
- Приемы установления консультационного контакта с получателем (получателями) психологического консультирования;
- Порядок психологического консультирования населения и трудовых коллективов

Уметь:

- Подбирать и применять комплекс диагностических методик для проведения психологического обследования населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами;
- Выявлять основные факторы, влияющие на мотивацию получателя (получателей) психологического консультирования в соответствии с целями психологического консультирования;
- Выявлять влияние психологических факторов на трудовую деятельность членов (участников) трудового коллектива предприятия, учреждения, организации;
- Применять методы изучения социально-психологического климата в коллективе;
- Использовать в работе профессиональные психологические тесты и опросники;
- Использовать новые методы и процедуры психологического консультирования;
- Выявлять приоритетные темы психологического консультирования;
- Оформлять договор об оказании консультационных услуг;
- Устанавливать консультационный контакт с получателем (получателями) психологического консультирования;
- Анализировать результаты психологического обследования;
- Составлять заключение по результатам мероприятий психологического обследования;
- Применять методы обработки информации, полученной в ходе проведения мероприятий психологического обследования;
- Выявлять причины для направления получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Определение целей психологического консультирования;
- Выявление первичных запросов получателя (получателей) психологического консультирования и ранжирование тем консультирования;
- Заключение договора об оказании психологического консультирования; Подбор диагностических инструментов для проведения психологического обследования;

- Проведение психологической диагностики населения и обработка полученной информации; Проведение комплекса мероприятий по исследованию трудового коллектива;
- Формирование мотивации к прохождению курса психологического консультирования;
- Обобщение результатов психологического обследования трудового коллектива;
- Подготовка рекомендаций по направлению получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам (по необходимости).

ПК 2.1. Способность к организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов в сфере спорта, физической культуры и в экстремальной деятельности (В/01.7)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Особенности организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Основные принципы и методы управления;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Принципы и методы профилактики профессионального выгорания;
- Знание современных средств информационно-коммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Планировать реализацию мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать мероприятия психологического консультирования в соответствии с согласованными программами и графиками;
- Применять принципы и методы управления работниками и непосредственными исполнителями, участвующими в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать практики управления деятельностью по организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Разрабатывать показатели эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организовывать оценку необходимой квалификации работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать потребности в организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Проводить деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Контролировать соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;

- Осуществлять управленческую деятельность, принимать управленческие решения Систематизировать и анализировать правовую, организационную и технологическую информацию, связанную с организацией мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать взаимодействие с государственными органами общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.
- Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Планирование мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов⁴
- Организация укомплектованности штата работниками необходимой квалификации для проведения мероприятий психологического консультирования;
- Организация выбора непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;
- Распределение задач по выполнению мероприятий психологического консультирования между подразделениями (работниками);
- Разработка показателей эффективности мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов, критериев их оценки и методов контроля;
- Прогнозирование потребности в мероприятиях психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Применение практик по управлению мероприятиями психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организация процедур оценки эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организация разработки рекомендаций по оптимизации эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организация взаимодействия со смежными специалистами в целях направления получателя (получателей) психологического консультирования (при необходимости);
- Создание безопасных условий труда для реализации мероприятий психологического консультирования;
- Разработка мер поощрения и дисциплинарного взыскания работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования ;
- Организация ведения отчетности и документации в соответствии с требованиями к срокам и качеству ее представления

Общекультурные компетенции

ОПК-1 - способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности:

- **Знать:** основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации;
- **Уметь:** работать с компьютером;

– **Владеть:** навыками самостоятельной работы в системе компьютерных технологий

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 20 часов, в том числе: лекции – 6 часа, практические занятия - 4 часов, самостоятельная работа - 10 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Тема 1. Основные направления семейного консультирования и семейной психотерапии	10	2	1	-	2	Контрольная работа
2.	Тема 2. Общие вопросы семейного консультирования и семейной психотерапии	5	2	1	-	3	Устный опрос
3.	Тема 3. Организационные и процессуальные вопросы семейного консультирования и семейной психотерапии. Техники семейного консультирования и семейной психотерапии	5	2	2	-	5	Кейс
	Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	Экзамен
	Всего	20	6	4		10	

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. Основные направления семейного консультирования и семейной психотерапии

Классификация подходов в семейной психотерапии. Школы семейной психотерапии. Психодинамическая семейная психотерапия. Школа Пало-Альто. Семейная системная психотерапия. Стратегическая семейная психотерапия. Семейная системная психотерапия Боуэна. Структурная семейная психотерапия. Семейная коммуникативная психотерапия. Нарративная психотерапия. Интегративная модель семейной психотерапии. Системные семейные расстановки.

Тема 2. Общие вопросы супружеского консультирования и семейной психотерапии

Цели и задачи супружеского консультирования и семейной психотерапии. Этапы семейной психотерапии. Нарушения жизнедеятельности семьи. Семейные кризисы и семейные стрессы, их влияние на жизнедеятельность семьи. Нормативные и ненормативные семейные кризисы. Особенности психологии дисфункциональной семьи. Особенности супружеского конфликта. Диагностика в работе с семьей. Факторы, способствующие конструктивному преодолению жизненных трудностей семьи. Место специалистов различного профиля в сохранении семьи.

Тема 3. Организационные и процессуальные вопросы супружеского консультирования и семейной психотерапии

Организация первой встречи. Структура первой и последующих сессий. Построение (формирование) гипотезы. Возможности группового семейного консультирования. Психологическое тестирование и анкетирование семьи. Трудности семейного консультирования. Сопротивление и сотрудничество. Работа с разными видами супружеских и семейных проблем. Качество психологических и психотерапевтических услуг. Правовые аспекты психологической и психотерапевтической деятельности.

Техники супружеского консультирования и семейной психотерапии. Понятие о процессуально-технических параметрах супружеского консультирования и семейной психотерапии. Общие техники консультирования и психотерапии. Техники и виды слушания. Техники воздействия. Техники с использованием фантазии и образов. Поведенческие техники. Парадоксальные техники. Психодраматические техники. Техники работы с семейной структурой. Техники работы с динамическими параметрами. Техники работы с семейной историей. Многофункциональные техники.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.
- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.
- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.
- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.
- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие *образовательные технологии*:

- личностно-ориентированный подход;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- игровая образовательная технология (проведение дидактической игры).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Семейное консультирование и психотерапия [Электронный ресурс] / В.А. Тенькова .— Воронеж : Издательский дом ВГУ, 2015 .— 43 с. — 43 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/370603>

2. Кузьменкова, О. В. Семейная диагностика и семейное консультирование [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.П. Цариценцева, О. В. Кузьменкова .— Оренбург : Экспресс-печать, 2018 .— 173 с. — ISBN 978-5-907075-01-6 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/670982>

б) Дополнительная литература:

1. Немов, Р.С. Психологическое консультирование: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности «Психология»: рек. М-вом образования РФ / Р.С. Немов. - М.: Владос, 2001. - 527 с.: ил. [189537](#)

2. Марина, И.Е. Психологическое консультирование детей-инвалидов, склонных к суицидальным формам поведения: учеб. пособие: утв. науч.-метод. советом Ин-та дополнит. проф. образования повышения квалификации и переподгот. специалистов СибГТУ / И.Е. Марина, В.С. Нургалеев; Федер. агентство по образованию, ГОУ ВПО "Сиб. гос. технолог. ун-т", Ин-т дополнит. проф. образования, повышения квалификации и переподгот. специалистов. - Красноярск: [Изд-во СибГТУ], 2009. - 154 с.: табл. [251258](#)

3. Краснова, О.В. Психологическое консультирование как обучение клиента аутоуправлению по проблеме: опыт на основе структурно-динамического подхода = Psychological counselling as client's training to auto-management on the problem: experience based on the structural-dynamic approach // Учен. зап. ун-та им. П.Ф. Лесгафта. - 2014. - № 1 (107). - С. 59-66. Режим доступа: [HTTP://lesgaft-notes.spb.ru/files/1-107-2014/p59-66.pdf](http://lesgaft-notes.spb.ru/files/1-107-2014/p59-66.pdf) [262862](#)

4. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование: Теория и практика: учеб. пособие для студентов ВУЗов / Н.Д. Линде. - М.: Аспект Пресс, 2009. - 255 с.: [183044](#)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<https://www.sportedu.ru/>

<https://lms.sportedu.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/history.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

Операционная система – Microsoft Windows.

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.

Локальная антивирусная программа – Dr.Web (или аналог).

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe AcrobatDC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности психологической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменной работы);
- защита рефератов;
- кейсы.

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы.

Тема 1 Основные направления семейного консультирования и семейной психотерапии.

Контрольная работа

Контрольные вопросы:

1. Понятия семья, брак, родство. Их соотношение
2. Культурно-исторические условия развития брачно-супружеских и семейных отношений.
3. Теории жизненного цикла.
4. Этапность развития семьи.
5. Стадии жизненного цикла.
6. Нормативные семейные кризисы.
7. Социализация в брачно-семейных отношениях.
8. Смешанная семья, или вторичный брак.
9. Ненормативные кризисы в семье.
10. Психологические особенности молодой семьи.

1. Задание для самостоятельной работы

Написать реферат по темам:

1. Назовите основные параметры оценки семейных отношений в циркулярной модели Д. Олсона.
2. Охарактеризуйте с точки зрения гибкости, сплоченности и развития коммуникативных навыков сбалансированные, несбалансированные и среднесбалансированные типы семейных систем.
3. Соотнесите изменение параметров семейной системы в циркулярной модели Д. Олсона со стадиями жизненного цикла развития семьи.

4. Раскройте сущность понятий "семейный диагноз", "идентифицированный клиент/пациент".
5. Сформулируйте основные условия, обеспечивающие использование стандартизированных методик семейной психодиагностики.

Тема 2. Общие вопросы семейного консультирования и семейной психотерапии

Устный опрос

1. Понятия семья, брак, родство. Их соотношение
2. Культурно-исторические условия развития брачно-супружеских и семейных отношений.
3. Теории жизненного цикла.
4. Этапность развития семьи. Программа дисциплины "Практика супружеского консультирования и семейной психотерапии"
5. Нормативные семейные кризисы.
6. Социализация в брачно-семейных отношениях.
7. Смешанная семья, или вторичный брак.
8. Ненормативные кризисы в семье.
9. Психологические особенности молодой семьи

Тема 3. Организационные и процессуальные вопросы семейного консультирования и семейной психотерапии. Техники семейного консультирования и семейной психотерапии

Темы для кейсов:

1. Психологическая идентичность и способность к интимности.
2. Удовлетворенность браком и супружеская совместимость.
3. Ненормативные кризисы в семье.
4. Супружеская неверность (измена) и проблема ревности.
5. Гендерная социализация подготовка к выбору супруга.
6. Гендерная социализация в семейных отношениях.
7. Векторы динамики брачно-супружеских и семейных отношений.
8. Причины семейных конфликтов и нарушений в развитии семьи.
9. Супружеская неверность (измена) и проблема ревности.
10. Проблема развода в развитии брачно-супружеских и семейных отношениях

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине - *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации (экзамена)

Вопросы к экзамену:

1. Охарактеризуйте содержание понятия "семейная психотерапия". Определите ее место и роль в деятельности практического психолога. Конкретизируйте цели и задачи семейной психотерапии.
2. Назовите отличительные признаки семейной психотерапии от семейного консультирования, границы и объем вмешательства. Рассмотрите сходство и отличия семейной психотерапии с другими формами психологической работы - профилактики, просвещения и коррекции.
3. Охарактеризуйте основные положения теории семейных систем. Дайте характеристику основным параметрам семейной системы. В чем особенности, преимущества и актуальность системного подхода к анализу семейных отношений?
4. Назовите основные этапы жизненного цикла развития семьи, цели и задачи, решаемые на каждой стадии развития.

5. Приведите примеры нормативных и ненормативных кризисов жизненного цикла развития семьи. Назовите причины возникновения кризисов в жизни семьи и признаки проявления кризисов.
6. Конкретизируйте содержание основных теоретических положений психотерапии, основанной на опыте: индивидуальность, свобода выбора, личностный рост.
7. Рассмотрите понятие здоровой и дисфункциональной семьи в рамках подхода.
8. Объясните суть техник психотерапии, основанной на опыте: привлечение ко-терапевта, новое определение симптома, предложение альтернатив, аффективная конфронтация (К. Витакер); моделирование коммуникации, "скульптура семьи" (В. Сатир).
9. Назовите основные параметры оценки семейных отношений в циркулярной модели Д. Олсона.
10. Охарактеризуйте с точки зрения гибкости, сплоченности и развития коммуникативных навыков сбалансированные, несбалансированные и среднесбалансированные типы семейных систем.
11. Соотнесите изменение параметров семейной системы в циркулярной модели Д. Олсона со стадиями жизненного цикла развития семьи.
12. Раскройте сущность понятий "семейный диагноз", "идентифицированный клиент/пациент".
13. Сформулируйте основные условия, обеспечивающие использование стандартизированных методик семейной психодиагностики.
14. Опишите типичные проблемы обращения за психотерапевтической помощью в добрачный период отношений.
14. Назовите признаки психологической, функционально-ролевой, социокультурной несовместимости супругов.
15. С помощью каких психодиагностических методик можно определить степень психологической совместимости молодых супругов?
16. Охарактеризуйте типичные проблемы в супружеских отношениях.
17. В чем специфика оказания психологической помощи при раздельном и совместном консультировании супругов. В чем положительные и отрицательные моменты раздельной и совместной форм супружеского консультирования?
18. Конкретизируйте цели и задачи коммуникативного, когнитивного, поведенческого, интегративного подходов в супружеской психотерапии.
19. Выделите группы факторов, влияющих на возникновение нарушений развития детей и определяющих стратегии консультативной помощи в детско-родительских отношениях.
20. Как тип родительского воспитания влияет на формирование акцентуации характера в подростковом возрасте? Приведите примеры.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка «**отлично**» ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка «**хорошо**» ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;

- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка «**удовлетворительно**» ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка «**неудовлетворительно**» ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
- задание выполнено с нарушением сроков.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Лекция является формой обучения в высшем учебном заведении.

В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на формулировки, раскрывающие содержание базовых понятий, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций. В конспекте следует применять сокращение слов, что ускоряет запись. Необходимо активно работать с конспектом лекции: после окончания лекции рекомендуется перечитать свои записи, внести поправки и дополнения на полях. Конспекты лекций следует использовать при подготовке к практическим занятиям, при подготовке к опросу, контрольной работе, экзамену, при выполнении самостоятельных заданий.

Практические занятия представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий является обсуждение и проработка наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, работа в малых группах, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях. В обязанности преподавателя входят: оказание методической помощи и консультирование студентов по соответствующим темам курса. Активность на практических занятиях оценивается по следующим критериям: ответы на вопросы, предлагаемые преподавателем; участие в дискуссиях, упражнениях; выполнение проектных и иных заданий; ассистирование преподавателю в проведении занятий. Доклады и оппонирование докладов проверяют степень владения теоретическим материалом, а также корректность и строгость рассуждений. Оценивание практических заданий входит в накопленную оценку.

Для успешного усвоения курса необходимо не только посещать аудиторные занятия, но и вести активную самостоятельную работу. При самостоятельной проработке курса обучающиеся должны: просматривать основные определения и факты; повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы; изучить рекомендованную основную и дополнительную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов; самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях; использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств; выполнять домашние задания по указанию преподавателя. Домашнее задание оценивается по

следующим критериям: - степень и уровень выполнения задания; - аккуратность в оформлении работы; - использование специальной литературы; - сдача домашнего задания в срок. Оценивание домашних заданий входит в накопленную оценку.

Подготовка к контрольной работе проводится в ходе самостоятельной работы студентов и включает в себя повторение пройденного материала по предложенным вопросам. Помимо основного материала студент должен изучить дополнительную рекомендованную литературу и информацию по теме, в том числе с использованием Интернет-ресурсов. **Контрольная работа предполагает письменный ответ** студента на один основной и несколько дополнительных вопросов преподавателя. Ответ студента должен представлять собой развернутое, связанное, логически выстроенное сообщение. При выставлении оценки преподаватель учитывает правильность ответа по содержанию, его последовательность, самостоятельность суждений и выводов, умение связывать теоретические положения с практикой, в том числе и с будущей профессиональной деятельностью. Письменная работа выполняется студентами на основе самостоятельного изучения рекомендованной литературы, с целью систематизации, закрепления и расширения теоретических знаний, развития творческих способностей студентов, овладения навыками самостоятельной работы с научной, научно-методической литературой, формирования умений анализировать и отвечать на вопросы, поставленные темой работы, делать выводы на основе проведенного анализа. Работы приобщают также студентов к научно-исследовательской деятельности, играют важную роль в их профессиональной подготовке. Важнейшими требованиями к письменной работе как к исследованию определенной проблемы являются: 1 - применение общих и специальных методов научного исследования; 2 - умение работать с научной литературой, проявляя при этом творческий подход к изучаемому материалу; 3 - достаточно высокий теоретический уровень; 4 - способность самостоятельно, последовательно, аргументировано излагать изученный материал, критически осмысливать изученные источники

Кейсы - учебные конкретные ситуации специально разрабатываемые на основе фактического материала с целью последующего разбора на учебных занятиях. В ходе разбора ситуаций обучающиеся учатся действовать в команде, проводить анализ и принимать профессиональные решения. Метод кейсов способствует развитию у студентов самостоятельного мышления, умения выслушивать и учитывать альтернативную точку зрения, аргументированно высказать свою. С помощью этого метода студенты имеют возможность проявить и усовершенствовать аналитические и оценочные навыки, научиться работать в команде, находить наиболее рациональное решение поставленной проблемы. Кейс пример, взятый из реальной профессиональной практики, представляет собой не просто правдивое описание событий, а единый информационный комплекс, позволяющий понять ситуацию. Суть обучения методом кейсов состоит в том, что каждый предлагает варианты, исходя из имеющихся у него знаний, практического опыта и интуиции. Основная функция метода кейсов учить обучающихся решать сложные неструктурированные проблемы, которые невозможно решить аналитическим способом. Кейс активизирует студентов, развивает аналитические и коммуникативные способности, оставляя обучаемых один на один с реальными ситуациями. Решение кейсов рекомендуется проводить в 5 этапов: Первый этап знакомство с ситуацией, ее особенностями. Второй этап выделение основной проблемы (основных проблем), выделение факторов и персоналий, которые могут реально воздействовать. Третий этап предложение концепций или тем для мозгового штурма. Четвертый этап анализ последствий принятия того или иного решения. Пятый этап решение кейса предложение одного или нескольких вариантов (последовательности действий), указание на возможное возникновение проблем, механизмы их предотвращения и решения. Анализ кейсов может быть как специализированным, так и всесторонним. Специализированный анализ должен быть сосредоточен на конкретном вопросе или

проблеме. Всесторонний (подробный) анализ подразумевает глубокое погружение в ключевые вопросы кейса

Изучение темы завершается экзаменом

(В соответствии с учебным планом образовательной программы). Экзамен как форма промежуточного контроля и организации обучения служит приемом проверки степени усвоения учебного материала, качества усвоения обучающимися отдельных разделов учебной программы, сформированных умений и навыков. Экзамен проводится устно или письменно по решению преподавателя, в объеме учебной программы. Преподаватель вправе задать дополнительные вопросы, помогающие выяснить степень знаний обучающегося в пределах учебного материала, вынесенного на экзамен. По решению преподавателя зачет может быть выставлен без опроса по результатам работы обучающегося на лекционных и(или) практических занятиях. В период подготовки к экзамену обучающиеся вновь обращаются к пройденному учебному материалу. При этом они не только закрепляют полученные знания, но и получают новые. Подготовка обучающегося к экзамену включает в себя три этапа:

1. самостоятельная работа в течение процесса обучения;
2. непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету по темам курса;
3. подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билетах/тестах (при письменной форме проведения экзамена).

Литература для подготовки к экзамену рекомендуется преподавателем.

Требования к оценке ответа на экзамене

В качестве критериев оценок знаний слушателей на экзамене выставляется оценка:

Отлично:

Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Хорошо:

Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Удовлетворительно:

Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Неудовлетворительно:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

СОВРЕМЕННЫЕ МОДЕЛИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва–2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчик:

Москвина Нина Викторовна – к.пс.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.пс.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ПП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов системы знаний о терапевтических теориях личности и об основанных на них подходах и методах психологического консультирования, развитие научно обоснованного понимания принципов современного психологического консультирования, а также умений и навыков использования основных подходов и методов психологического консультирования.

Задачи дисциплины:

- формирование знаний о консультировании как виде практической психологической помощи;
- формирование знаний о психологическом консультировании в рамках различных теорий и направлений;
- формирование умения применять полученные знания в практической деятельности психолога-консультанта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Дисциплина «**Современные модели консультирования**» направлена на изучение

- современных проблем и тенденций развития теоретической и прикладной психологии;
- различных подходов к базовым механизмам субъективных процессов, состояний и индивидуальных различий в рамках современных направлений в психологии;
- современных консультативных техник. 3

Содержание дисциплины «**Современные модели консультирования**» включает в себя следующие темы:

Тема 1. Консультирование как вид практической психологической помощи

Тема 2. Психологическое консультирование в рамках различных теорий и направлений

Преподавание дисциплины «**Современные модели консультирования**» осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы. Завершается дисциплина *зачётом*.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

ОПК-1- *способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности:*

Знать:

- основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации;

Уметь:

- работать с компьютером;

Владеть:

- навыками самостоятельной работы в системе компьютерных технологий

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 18 часов, в том числе: лекции - 4 часа, практические занятия - 4 часа, самостоятельная работа – 10 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Тема 1. Консультирование как вид практической психологической помощи	8	2	2	-	5	<i>Реферат по теме</i>
2.	Тема 2. . Психологическое консультирование в рамках различных теорий и направлений	10	2	2	-	5	<i>Презентации по темам</i>
	Промежуточная аттестация	-	-	-	-	-	Зачет
	Всего	18	4	4		10	

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. Консультирование как вид практической психологической помощи

Консультирование в современной психологической практике Требования к профессиональной подготовке специалиста по психологическому консультированию.

Тема 2 Психологическое консультирование в рамках различных теорий и направлений

Психоаналитическое направление. Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры (свободные ассоциации, анализ и интерпретация сопротивления и переноса, анализ сновидений). Стадии психосексуального развития личности (оральная, анальная, фаллическая, латентная, генитальная). Значение учения о стадиях развития для консультирования.

Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры (метод словесных ассоциаций, анализ архетипов и образов коллективного бессознательного в сновидениях, анализ переноса. Типология личности Г. Юнга, фиксирующая различия в стиле и способах получения, преобразования и организации информации, восприятия себя и окружающего мира.

Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры (установление психологического контакта: слушание, эмоциональная поддержка и ободрение; исследование индивидуальной динамики: изучение семейной истории, интервью, опросник жизненного стиля, анализ ранних воспоминаний, анализ сновидений и приоритетов, суммирование впечатлений, интерпретаций; ведущая к инсайту,

реориентация: метафорическое взаимодействие, парадоксальная интенция, действие как "если бы ", "поймка себя за рукав ", "счастливая и несчастливая кнопки ", разработка и следование рабочим планам изменений и др.).

Три неблагоприятные ситуации детства, комплекс неполноценности. Экзистенциальный подход в психологическом консультировании. Ключевые понятия экзистенциального подхода: сознание и самосознание, свобода и ответственность, стремление к сохранению и проявлению своей идентичности и к глубоким отношениям с другими, поиск смысла, тревога как атрибут человеческого существования, осознание неизбежности смерти .

Мини-сочинение "Моя история потерь и обретений смыслов жизни" . Центрированный на человеке подход в консультировании. Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры: три базовые установки консультанта как условия позитивных изменений и личностного роста клиента. Оценка подхода: достоинства и ограничения. Анализ запросов клиентов: выделение существенного.

Гештальтподход в психологическом консультировании . Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры: гештальтэксперимент, его подготовка и проведение в процессе консультирования, диалоговые упражнения ("техника пустого стула ", ролевые игры и др.), "делание кругов ", принятие на себя ответственности, проективные игры, обращение в противоположное, преувеличение/уменьшение, техника "побудьте с вашим чувством ", работа со сновидениями и др. Оценка подхода: достоинства и ограничения. Контакт и сопротивление контакту, защитные механизмы (интроекция, проекция, ретрофлексия/оборачивание на себя, дефлексия/отвлечение, конфлюенция/слияние).

Трансактный анализ в психологическом консультировании. Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры: структурный анализ, трансактный анализ, анализ семейного программирования, анализ ритуалов, времяпрепровождения, игр и жизненных сценариев. Оценка подхода: достоинства и ограничения. Прохождение теста

Трансактный анализ Э. Берна (Тест: ребенок, взрослый, родитель). Определение своих ролевых позиций в межличностных отношениях по Э. Берну. Бихевиоральный подход к психологическому консультированию .

Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры: релаксационный тренинг, систематическая десензитизация, методы моделирования (А. Бандура), тренинг социальных умений (уверенности и т. п.), программы руководства самим собой и самоуправления; мультимодальная терапия А. Лазаруса (диагностика семи главных сфер функционирования личности, "технический эклектизм" при консультативном воздействии). Оценка подхода: достоинства и ограничения. Протоколирование ситуаций, связанных с возникновением той или иной поведенческой проблемы.

Слушателям дается задание в течение недели анализировать свое поведение по следующей схеме:

А. Анализ стимулов, направляющих поведение по определенному пути

Б. Анализ состояния в момент предъявления стимула (усталый, не выспался, плохое настроение, возбужден и т. д.).

В. Регистрация и анализ актуального поведения или ответа на инструкцию.

Г. Анализ типа и интенсивности последствий, возникающих непосредственно за тем или иным поступком(то есть поощрений и наказаний).

Д. Составление каталога поощрений и наказаний в качестве положительных и отрицательных стимулов и последствий для систематического моделирования поведения. Этот перечень поощрений и наказаний должен быть максимально разнообразным, чтобы обеспечить гибкость воздействия и возможности для поиска наиболее эффективных средств.

Рационально-эмотивная терапия (РЭТ) и другие когнитивно-бихевиоральные подходы в психологическом консультировании.

Консультативный процесс: цели, роль и функции консультанта, опыт клиента, взаимодействие между клиентом и консультантом, консультативные техники и процедуры: когнитивные методы (опровержение иррациональных идей и убеждений в диалогическом взаимодействии, заполнение форм самопомощи по обнаружению и замене иррациональных убеждений, библиотерапия, изменение языка ("должен" "предпочитаю"), юмор); эмотивные методы (рационально-эмотивное управляемое воображение, ролевые игры, "атака на смущение", поведенческие методы;

Представление о системе когнитивной терапии А. Т. Бека. Представление о системе когнитивной модификации поведения Д. Майхенбаума. Оценка подхода: достоинства и ограничения.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.

- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.

- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.

- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности

- Дидактическая игра — это учебное занятие, организуемое в виде учебной игры, реализующее ряд принципов игрового, активного обучения и отличающееся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания. А также - один из методов активного обучения, предназначенный для развития познавательной активности учащихся. Дидактическая игра проводится с целью формирования умений и одновременно с целью фиксации уровня приобретённых умений. Дидактические игры предусматривают выполнение обучающимися практических заданий в искусственно заданных профессионально значимых ситуациях.

Дидактическая игра проводится по следующей схеме:

1) определение регламента работы: распределение студентов группы на микрогруппы, объяснение правил игры и функций участников, установление контрольного времени для выполнения заданий, ознакомление с системой оценки итогов деятельности микрогрупп;

2) Организация «мозгового штурма» в микрогруппах;

3) Доклады представителей микрогрупп;

4) Оценка и самооценка студентами результатов деятельности.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие **образовательные технологии**:

- личностно-ориентированный подход;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- игровая образовательная технология (проведение дидактической игры).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Основы консультативной психологии [Электронный ресурс] / Л.И. Очирова .— Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017 .— 97 с. — ISBN 978-5-9793-0049-8 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/614257>

б) Дополнительная литература:

1. Немов, Р.С. Психологическое консультирование: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Психология": рек. М-вом образования РФ / Р.С. Немов. - М.: Владос, 2001. - 527 с.: ил. [189537](#)

2. Марина, И.Е. Психологическое консультирование детей-инвалидов, склонных к суицидальным формам поведения: учеб. пособие: утв. науч.-метод. советом Ин-та дополнит. проф. образования повышения квалификации и переподгот. специалистов СибГТУ / И.Е. Марина, В.С. Нургалеев; Федер. агентство по образованию, ГОУ ВПО "Сиб. гос. технолог. ун-т", Ин-т дополнит. проф. образования, повышения квалификации и переподгот. специалистов. - Красноярск: [Изд-во СибГТУ], 2009. - 154 с.: табл. [251258](#)

3. Краснова, О.В. Психологическое консультирование как обучение клиента аутоуправлению по проблеме: опыт на основе структурно-динамического подхода = Psychological counselling as client's training to auto-management on the problem: experience based on the structural-dynamic approach // Учен. зап. ун-та им. П.Ф. Лесгафта. - 2014. - № 1 (107). - С. 59-66. Режим доступа: [HTTP://lesgaft-notes.spb.ru/files/1-107-2014/p59-66.pdf](http://lesgaft-notes.spb.ru/files/1-107-2014/p59-66.pdf) [262862](#)

4. Линде, Н.Д. Психологическое консультирование: Теория и практика: учеб. пособие для студентов ВУЗов / Н.Д. Линде. - М.: Аспект Пресс, 2009. - 255 с.: [183044](#)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<https://www.sportedu.ru/>

<https://lms.sportedu.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/history.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

Операционная система – Microsoft Windows.

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.

Локальная антивирусная программа – Dr.Web (или аналог).

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe AcrobatDC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

Национальный цифровой ресурс «Рукоنت» ЭБС www.rucont.ru.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменного работы);
- защита рефератов;
- подведение итогов дидактической игры.

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы.

Тема 1. Консультирование как вид практической психологической помощи

Тема 1 Контрольная работа

1. Типология современных подходов в психологическом консультировании.
2. Практические методы психоанализа в консультировании.
3. Индивидуальная психология А.Адлера как концепция психологической помощи. 4. Аналитическая психология К.Г.Юнга как концепция пси-хологической помощи и методы работы с клиентом в рам-ках этого направления.
4. Техники и методы психологического консультирования в рамках гуманистического и экзистенциального подхода.
5. Концепции и методы работы в русле нейролингвистического программирования.

Задание для самостоятельной работы

Написать реферат по темам:

1. Характеристика основных этапов классического психоанализа.
2. Основные способы продуцирования материала: свободная ассоциация, реакция переноса и сопротивление.
3. Описание аналитически ориентированных методик. Техника анализа.
4. Представление о личности в бихевиоризме. Способы изучения личности по Уотсону.
5. Возможности теории оперантного поведения в психологическом консультировании.
6. Основные техники реципрокного торможения (по Вольпе), их применение в психологическом консультировании.
7. Специфика психологического консультирования в рамках гештальт-подхода.
8. Определение и осознание основных понятий гештальт-терапии: граница-контакт, фигура и фон, гештальт, осознание, принятие ответственности.
9. Природа, определение и происхождение жизненного сценария.
10. Игра как неосознаваемый сценарий.
11. Роль и значение установки психолога-консультанта, работающего в рамках гуманистического направления.
12. Основные принципы построения консультативного процесса в гуманистической психотерапии. 13. Проблема обучения технологии консультирования в контексте рожерианского подхода.
14. Опишите основные личностные качества психолога-консультанта, работающего в рамках гуманистического подхода. 1
15. Средства искусства в психологическом консультировании: теория и практика.
16. Информационное пространство метафоры.
17. Психологический анализ авторских сказок.
18. Особенности интерпретации продуктов творческой деятельности клиента

Тема2. Психологическое консультирование в рамках различных теорий и направлений

Задание для самостоятельной работы.

Темы для презентации:

- 1.Определение психологического консультирования. Проблема самостоятельности решения, принимаемого клиентом.
- 2.Отличие психологического консультирования от индивидуальной и групповой психотерапии.
- 3.Цели и задачи психологического консультирования. Формулировка запроса клиенту; понятие психологических защит и сопротивления клиента в процессе консультирования.
4. Профессиональные компетенции консультанта: коммуникативная и эмоциональная компетентность, основы саморегуляции

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Представления о личности в разных направлениях психологии. Значимость теоретических представлений о сущности и структуре личности для психодиагностики и психокоррекции.
2. Структура и свойства личности.
3. Понятие психодиагностики. Методы психодиагностики свойств личности.
4. Понятия формирования, развития, психокоррекции личности. Условия, от которых зависит формирование личности.
5. Понятие темперамента, его виды и свойства. Типичные проблемы темперамента. Диагностика темперамента. Советы по вопросам, связанным с темпераментом.
6. Понятие характера. Черты характера. Типы характера (акцентуации). Развитие и формирование характера. Диагностика характера. Общие рекомендации по формированию и коррекции черт характера.
7. Понятие способностей, виды способностей. Факторы, влияющие на развитие способностей. Диагностика способностей. Общие рекомендации по развитию способностей.
8. Характеристика эмоционально-волевой сферы. Диагностика эмоционально-волевой сферы. Развитие и коррекция эмоциональной сферы личности. Развитие и коррекция воли и волевых черт характера.
9. Диагностика направленности личности, ценностей, идеалов, мотивов, потребностей, интересов, самосознания, самооценки, уровня притязаний личности.
10. Понятие индивидуального консультирования, его особенности
11. Технология ведения консультативной беседы
12. Базовые навыки консультативного контакта
13. Основные техники в процессе индивидуального консультирования
14. Виды индивидуального консультирования
15. Психологические условия индивидуального консультирования
16. Индивидуальное консультирование клиентов с различными проблемами (клиентов, обращающихся с проблемой затруднений в общении; клиентов, испытывающих стресс, связанный с потерей работы; клиентов при реакциях страха и страдающих фобиями; тревожных клиентов)
17. Определение понятия психологического консультирования, целей и задач консультирования. Виды психологического консультирования. Принципы психологического консультирования.
18. Личность психолога-консультанта. Требования к личности эффективного психолога-консультанта. Синдром эмоционального выгорания.
19. Психологическая проблема, ее структура. Уровни и типы психологических проблем.
20. Консультативная беседа, ее этапы.
21. Запрос в психологическом консультировании. Заключение терапевтического контракта.
22. Техники психологического консультирования.
23. Терапевтическая гипотеза, ее создание и проверка.
24. Школьная психологическая служба: цели, задачи, виды работы.
25. Особенности психологического консультирования младших школьников.
26. Особенности психологического консультирования подростков.
27. Особенности психологического консультирования школьников юношеского возраста.
28. Особенности групповой и индивидуальной работы психолога со школьниками.

29. Понятие психотерапии. Методы психотерапии, факторы психотерапии, показания к психотерапии.
30. Механизмы лечебного воздействия психотерапии.
31. Оценка эффективности психотерапии.
32. Динамическое направление в психотерапии.
33. Экзистенциально-гуманистическое направление в психотерапии
34. Когнитивно-поведенческое направление в психотерапии.
35. Телесно-ориентированная психотерапия
36. Барьеры общения, их виды и способы преодоления в тренинге межкультурного общения.
37. Особенности психологической работы с коммуникативной стороной общения в межкультурном тренинге.
38. Особенности психологической работы с интерактивной стороной общения в межкультурном тренинге.
39. Особенности психологической работы с перцептивной стороной общения в межкультурном тренинге.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка «*отлично*» ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка «*хорошо*» ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
- задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение

материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, балы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к содержанию презентации

Компьютерную презентацию, сопровождающую выступление докладчика, удобнее всего подготовить в программе MS PowerPoint.

Презентация как документ представляет собой последовательность сменяющих друг друга слайдов. Чаще всего демонстрация презентации проецируется на большом экране,

реже раздается собравшимся как печатный материал. Количество слайдов пропорционально содержанию и продолжительности выступления (например, для 5-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов). На первом слайде обязательно представляется тема выступления и сведения об авторах. Следующие слайды можно подготовить, используя две различные стратегии их подготовки: на слайды помещается фактический и иллюстративный материал (таблицы, графики, фотографии и пр.), который является уместным и достаточным средством наглядности, помогает в раскрытии стержневой идеи выступления. В этом случае к слайдам предъявляются следующие требования: ▀ выбранные средства визуализации информации (таблицы, схемы, графики и т. д.) соответствуют содержанию; ▀ использованы иллюстрации хорошего качества (высокого разрешения), с четким изображением. Максимальное количество графической информации на одном слайде 2 рисунка (фотографии, схемы и т.д.) с текстовыми комментариями (не более 2 строк к каждому). Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. Обычный слайд, без эффектов анимации, должен демонстрироваться на экране не менее 10 - 15 секунд. За меньшее время присутствующие не успеют осознать содержание слайда.

Слайд с анимациями в среднем должен находиться на экране не меньше 40 - 60 секунд (без учета времени на случайно возникшее обсуждение). В связи с этим лучше настроить презентацию не на автоматический показ, а на смену слайдов самим докладчиком. Особо тщательно необходимо отнестись к оформлению презентации. Для всех слайдов презентации по возможности необходимо использовать один и тот же шаблон оформления, кегль для заголовков - не меньше 24 пунктов, для информации - для информации не менее 18. В презентациях не принято ставить переносы в словах. Наилучшей цветовой гаммой для презентации являются контрастные цвета фона и текста (белый фон - черный текст; темно-синий фон - светло-желтый текст и т. д.). Лучше не смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Рекомендуется не злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже).

Заключительный слайд презентации, содержащий текст «Спасибо за внимание» или «Конец», вряд ли приемлем для презентации, сопровождающей публичное выступление, поскольку завершение показа слайдов еще не является завершением выступления. Кроме того, такие слайды, так же, как и слайд Вопросы, дублируют устное сообщение. Оптимальным вариантом представляется повторение первого слайда в конце презентации, поскольку это дает возможность еще раз напомнить слушателям тему выступления и имя докладчика и либо перейти к вопросам, либо завершить выступление.

Требования к оценке ответа на зачете

Зачёт нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины

Обучающийся получает вопрос (вопросы) либо задание (задания) и время на подготовку. Зачёт проводится в устной, письменной или компьютерной форме. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.

В качестве критериев оценок знаний слушателей на зачете:

Оценка «**Зачтено**» выставляется, если на зачете студент свободно ориентируется в материале и отвечает без затруднений. Способен к выполнению сложных заданий, постановке целей и выборе путей их реализации.

Оценка «**Незачтено**» выставляется, если обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва–2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчик:

Шумова Наталия Сергеевна, к.псх.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.псх.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ИП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины *«Психологический тренинг по профилактике профессионального выгорания»* является: формирование представления о актуальных проблемах личности в кризисных ситуациях как пространстве деятельности, знакомство с особенностями психологического сопровождения личности в кризисных ситуациях жизни и деятельности, знакомство с теоретическими основами, методами, методиками и практическими приемами профилактики профессионального выгорания, стабилизации психоэмоционального состояния, формирования навыков саморегуляции.

Задачи дисциплины:

1. Профилактики профессионального и эмоционального выгорания, развития креативности, творческой самореализации в профессиональной деятельности, повышения мотивации к профессиональному самосовершенствованию личности, ее эффективности и успешности;

2. Повышения профессиональной компетенции обучающихся в области формирования благоприятного психологического микроклимата, способствующего сохранению и укреплению психологического здоровья, развития способности гармонично и продуктивно взаимодействовать с окружающими, знакомства с методами управления групповым творческим процессом;

3. Формирования навыков мониторинга (анкетирование, тестирование, наблюдение, самооценка и самоанализ), регуляции (коррекции) психоэмоционального состояния, планирования системы профилактики стрессовых ситуаций, эмоционального выгорания.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Изучение дисциплины *«Психологический тренинг по профилактике профессионального выгорания»* позволит анализировать психологические факторы трансформации личностного смысла в кризисных ситуациях.

Дисциплина направлена на знакомство с методологией, освоение практических приемов и систематизированных теорий профилактики профессионального выгорания, стабилизации психоэмоционального состояния, формирование навыков саморегуляции.

Содержание дисциплины *«Психологический тренинг по профилактике профессионального выгорания»* включает в себя следующие темы:

Тема 1 Теоретические основы профилактики возникновения синдрома профессионального (эмоционального) выгорания

Тема 2 Основные стадии, аспекты и симптомы профессионального выгорания

Тема 3 Способы саморегуляции психологически здоровой личности

Преподавание дисциплины осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы.

Завершается дисциплина экзаменом.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

Профессиональные компетенции

ПК-1.2 Способность к подготовке проведения мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов (А/02.6)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Теоретические основы психологического консультирования;
- Типы организационных структур и принципы развития предприятий;
- Причины и виды межличностных конфликтов в организации, методы и способы их разрешения;
- Порядок психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Методы индивидуального, группового и семейного психологического консультирования;
- Методы психологического консультирования трудовых коллективов;
- Методологические основы профориентации и профессионального консультирования;
- Виды ограничений применения методов психологического консультирования;
- Современные методы и приемы психологического консультирования;
- Методы количественной и качественной обработки информации, полученной в процессе психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Знание современных средств информационнокоммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Применять эффективные методы психологического консультирования для решения заявленных проблем получателя (получателей) психологического консультирования;
- Разрабатывать программы и графики мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Адаптировать новые методы и процедуры психологического консультирования;
- Применять в работе компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Выбор эффективных методов психологического консультирования для решения заявленных проблем получателя (получателей) психологического консультирования;
- Составление индивидуальной консультационной программы мероприятий психологического консультирования;
- Разработка графика мероприятий психологического консультирования, его согласование;
- Подготовка предложений о процессе, планируемых результатах и распределении ответственности при проведении мероприятий психологического консультирования;

– Предоставление получателю (получателям) психологического консультирования информации об избранном методе психологического консультирования.

ПК 2.1. Способность к организация мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов в сфере спорта, физической культуры и в экстремальной деятельности (В/01.7)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Особенности организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Основные принципы и методы управления;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Принципы и методы профилактики профессионального выгорания;
- Знание современных средств информационно-коммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Планировать реализацию мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать мероприятия психологического консультирования в соответствии с согласованными программами и графиками;
- Применять принципы и методы управления работниками и непосредственными исполнителями, участвующими в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать практики управления деятельностью по организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Разрабатывать показатели эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организовывать оценку необходимой квалификации работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать потребности в организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Проводить деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Контролировать соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Осуществлять управленческую деятельность, принимать управленческие решения Систематизировать и анализировать правовую, организационную и технологическую информацию, связанную с организацией мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

– Организовывать взаимодействие с государственными органами общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.

– Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;

– Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;

– Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

– Планирование мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов⁴

– Организация укомплектованности штата работниками необходимой квалификации для проведения мероприятий психологического консультирования;

– Организация выбора непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;

– Распределение задач по выполнению мероприятий психологического консультирования между подразделениями (работниками);

– Разработка показателей эффективности мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов, критериев их оценки и методов контроля;

– Прогнозирование потребности в мероприятиях психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

– Применение практик по управлению мероприятиями психологического консультирования населения и трудовых коллективов;

– Организация процедур оценки эффективности мероприятий психологического консультирования;

– Организация разработки рекомендаций по оптимизации эффективности мероприятий психологического консультирования;

– Организация взаимодействия со смежными специалистами в целях направления получателя (получателей) психологического консультирования (при необходимости);

– Создание безопасных условий труда для реализации мероприятий психологического консультирования;

– Разработка мер поощрения и дисциплинарного взыскания работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования ;

– Организация ведения отчетности и документации в соответствии с требованиями к срокам и качеству ее представления

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 32 часа, в том числе: лекции - 6 часов, практические занятия - 6 часов, самостоятельная работа - 20 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самост-ю работу обуч-ся в соответствии с учебным планом (в академ. часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Стресс и профессия. Основные стадии, аспекты и симптомы профессионального выгорания. Теоретические основы профилактики возникновения синдрома профессионального (эмоционального) выгорания.	2	2	2	-	8	<i>Устный опрос Письменная работа (реферат)</i>
2.	Мотивация достижения, ее значение в жизни и профессиональной деятельности. Противоречивые мотивы деятельности. Разрешение внешних и внутренних противоречий. Обращение за помощью. Установление и поддержание социальных контактов как гарантия получения социальной поддержки	4	2	2	-	8	<i>Презентация Дидактическая игра</i>
3.	Методы психологического воздействия, в том числе, в групповом тренинге, их система. Способы саморегуляции психологически здоровой личности.	6	2	2	-	4	<i>Устный опрос Тестирование</i>
Итого часов: 32			6	6	-	20	Зачет

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. Стресс и профессия. Основные стадии, аспекты и симптомы профессионального выгорания. Теоретические основы профилактики возникновения синдрома профессионального (эмоционального) выгорания.

Позитивное и негативное влияние социума на здоровье личности.

Подготовка к решению задач соединения взаимных усилий партнеров, распределению ролей и функций между участниками взаимодействия. Роль психодиагностики и психологической компетентности субъектов взаимодействия

Понятия «профессиональная деформация», «профессиональная дезадаптация» «адаптационный механизм», «депрессия послестрессовая», «дистресс», «компенсаторность», «механизм саморегуляции», «последствия перегрузок», «профессиональное истощение», «психологическая защита», «психологическое выгорание», «психосоматические заболевания», «синдром хронической усталости», «синдром эмоционального выгорания», «стресс», «стрессоры», «фрустрация», «принцип позитивных установок».

«Профессиональное выгорание» как состояние, развивающееся на фоне хронического утомления и ведущее к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов.

Понятие «выгорание» с точки зрения концепции стресса Ганса Селье, как феномена, возникающего на третьей стадии – дистресса – стадии истощения.

Введение понятия «эмоциональное выгорание» в 1974 г. американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергом для характеристики состояния здоровых людей, находящихся в

интенсивном, эмоциональном общении с другими. как характеристики состояния физического утомления и разочарования, возникающего у людей, занятых в профессиональных областях типа «человек-человек».

Современное понимание термина «выгорание» как:

- механизма психологической защиты, выработанного личностью в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия (В.В. Бойко, А. О. Прохоров);

- одного из способов психологической защиты личности человека от деформации /дезадаптации (П. Сидоров);

- синдрома, развивающегося на фоне хронического стресса и ведущего к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов работающего человека (Н. Осухова, В. Кожевникова);

- истощения ресурсов в результате сочувствия людям, оказавшимся в неблагоприятных жизненных ситуациях (К. Маслач).

Трехфакторная модель профессионального (эмоционального) выгорания (К. Маслач и С. Джексон):

- Эмоциональное истощение (перенапряжение, опустошенность, исчерпанность собственных ресурсов, спад эмоциональной и умственной активности; холодность в контактах с ближайшими людьми (не трогайте меня); в дальнейшем ухудшение соматического здоровья, частые головные боли, бессонница – снижение качества жизни в целом).

- Деперсонализация, личностная отстраненность (развитие негативного, циничного отношения к клиентам и коллегам, снижение качества выполнения профессиональных обязанностей, возрастание обезличенности и формальности контактов, появление ярлыков (истеричка, ненормальная), вспышек раздражения на окружающих и себя).

- Редукция (здесь – обесценивание) достижений, снижение самооценки (недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, появление чувства собственной некомпетентности, бесполезности работы, снижение мотивации; нарастающая безразличность к рабочим обязанностям; уменьшение деловой активности и утрата эффективности).

Этапы (стадии) выгорания по Дж. Гринбергу:

1. Энтузиазм и вовлеченность.
2. Усталость и снижение участия.
3. Недомогания, раздражительность, недовольство окружением.
4. Истощение, снижение работоспособности и недовольство собой.
5. Разочарование и отчаяние. Угроза здоровью и/или карьере

Три категории перечня симптомов истощения Бушки (Buchka) и Хаккенберга (Hackenberg), 1987 г.:

1. Физическое истощение: усталость, дефицит энергии, хроническое утомление, слабость, скука, дискомфорт шеи и плечевой мускулатуры, боль в спине, изменения веса тела, повышенная восприимчивость к простуде и вирусной инфекции, бессонница, нарушение сна, появление язв и других заболеваний кожи; болезни сердечно-сосудистой системы, повышенный прием лекарств в целях предотвращения физического истощения, усталость при незначительных физических нагрузках.

2. Эмоциональное истощение: чувство подавленности и одиночества, несдерживаемый плач; отказ механизма, контролирующего эмоции; ощущение разочарования и эмоциональной опустошенности, отчаяния и одиночества; раздражительность, потеря веры в себя, ощущение беспомощности и безнадежности; увеличение деперсонализации своей или других (люди становятся безликими, как манекены).

3. Личностное истощение: негативная установка по отношению к себе, к работе, к жизни, дегуманистическая установка по отношению к окружающим (цинизм, презрение,

агрессивность), невнимание к себе, чувство неполноценности, несостоятельности, утрата естественных контактов с коллегами.

Три стадии профессионального выгорания:

Первая стадия. Приглушение эмоций, сглаживание остроты чувств и свежести переживаний. В зависимости от характера деятельности, величины нервно-психических нагрузок и личностных особенностей может формироваться в течение трех–пяти лет.

Вторая стадия. Снижение интереса к работе и потребности в общении, в т.ч., с родными, друзьями; с теми, с кем приходится общаться по роду деятельности (коллегами, учениками); появление устойчивых соматических симптомов, апатии, нарастающих к концу недели, повышение подверженности заболеваниям и раздражительности. Время формирования данной стадии в среднем от пяти до пятнадцати лет.

Третья стадия – собственно профессиональное выгорание. Полная потеря интереса к работе и жизни вообще, эмоциональное безразличие, оцепенение, переживание постоянного отсутствия сил, стремление к уединению; общению с животными и природой. Стадия может формироваться от десяти до двадцати лет.

Тема 2 Мотивация достижения, ее значение в жизни и профессиональной деятельности. Противоречивые мотивы деятельности. Разрешение внешних и внутренних противоречий. Обращение за помощью. Установление и поддержание социальных контактов как гарантия получения социальной поддержки

Сложная многомерная структура мотива. Условия и факторы, обуславливающие мотивационный акт.

Проблема полимотивации поведения и деятельности. Побуждающая и направляющая функции мотива.

Характеристики мотива – динамические (энергетические) и содержательные.

Динамические – сила, устойчивость.

Содержательные – полнота осознания структуры мотива, уверенность в правильности выбора принятого решения, направленность мотива (личностная, индивидуальная или общественная, коллективная), ориентированность на внешние или внутренние факторы при объяснении своего поведения, на удовлетворение каких потребностей — биологических или социальных — они направлены, с какой деятельностью — игровой, учебной, трудовой, спортивной — связаны.

Противоречивые мотивы деятельности. Разрешение внешних и внутренних противоречий. Рефлексия мотивов, противоречащих центральному мотиву. Устранение внутренних барьеров для достижения цели. Взаимодействие с окружающими. Обращение за помощью. Установление и поддержание социальных контактов как гарантия получения социальной поддержки.

Мотивация достижения, ее значение в жизни и профессиональной деятельности.

Эмоциональная составляющая мотивации. Культивирование положительного эмоционального настроения.

Тема 3 Методы психологического воздействия, в том числе, в групповом тренинге, их система. Способы саморегуляции психологически здоровой личности.

Практическое применение социальной психологии. Групповой (социально-психологический) тренинг как прикладной раздел социальной психологии. Групповой тренинг как метод активного обучения. Психологическое воздействие как механизм группового тренинга. Методы психологического воздействия, в том числе, в групповом тренинге, их система. Классы психологического воздействия по Г. А. Ковалеву. Типология и стратегия психологического воздействия.

Способы саморегуляции психологически здоровой личности

Самопринятие, понимание себя, своего психоэмоционального состояния; изменение установок и стереотипов поведения. Адекватная самооценка и уровень

притязаний. Навыки эффективного планирования и контроля использования своего рабочего и свободного времени. Навыки преодоления стресса и адекватного поведения в случаях, вызывающих тревогу и страх. Снятие эмоционального напряжения, агрессии, тревожности, враждебности и стресса, принятие себя. Повышение стрессоустойчивости.

Рефлексия, формирование позитивного отношения к профессиональной деятельности и к окружающим.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.

- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.

- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.

- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности

- Дидактическая игра — это учебное занятие, организуемое в виде учебной игры, реализующее ряд принципов игрового, активного обучения и отличающееся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания. А также - один из методов активного обучения, предназначенный для развития познавательной активности учащихся. Дидактическая игра проводится с целью формирования умений и одновременно с целью фиксации уровня приобретённых умений. Дидактические игры предусматривают выполнение обучающимися практических заданий в искусственно заданных профессионально значимых ситуациях.

Дидактическая игра проводится по следующей схеме:

- 1) определение регламента работы: распределение студентов группы на микрогруппы, объяснение правил игры и функций участников, установление контрольного времени для выполнения заданий, ознакомление с системой оценки итогов деятельности микрогрупп;

- 2) Организация «мозгового штурма» в микрогруппах;

- 3) Доклады представителей микрогрупп;

- 4) Оценка и самооценка студентами результатов деятельности.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие *образовательные технологии*:

- личностно-ориентированный подход;

- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- игровая образовательная технология (проведение дидактической игры).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Андреева, Г.М. Социальная психология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности "Психология" : рек. М-вом образования РФ / Г.М. Андреева. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Аспект Пресс, 2008. - 363 с.: ил. [163254](#) (2009 – [185402](#))
2. Готовность и психологические механизмы ее формирования [Электронный ресурс] / Р.Д. Санжеева. — Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2017. — 212 с. — ISBN 978-5-9793-1137-1. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/640308>
3. Методы активного социально-психологического обучения [Электронный ресурс] / Л. В. Шибаева. — Сургут : Издательство Дефис, 2006. — 56 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/254101>
4. Воля как предмет психологического и психофизиологического исследования: индивидуальные различия волевой активности и их типологические предпосылки [Электронный ресурс] / В. П. Прядеин. — Сургут : РИО СурГПУ, 2014. — 190 с. — ISBN 978-5-93190-343-9. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/313526>

б) Дополнительная литература:

1. Актуальные проблемы психологии труда : Тр. по психологии 9 / Тарт. гос. ун-т. Вып. 529. - Тарту: Б. и., 1980. - 159 с. [1109](#)
2. Андреев, Г.М. Психология социального познания : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. УМО по клас. унив. образованию / Г.М. Андреева. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Аспект-пресс, 2005. - 302 с.: ил. [186185](#)
3. Андреева, Г.М. Социальная психология сегодня : поиски и размышления / Г.М. Андреева ; Рос. акад. образования, Издат. дом Рос. акад. образования. - М.: [Изд-во Моск. психолого-соц. ин-т], 2009. - 159 с. [186703](#)
4. Анцупов, А.Я. Конфликтология : сх., и коммент. : [учеб. пособие] / А.Я. Анцупов, С.В. Баклановский. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.; СПб.: Питер, 2013. - 304 с.: ил. [228679](#)
5. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика : учеб. для студентов вузов : доп. Умо по направлениям пед. образования М-ва образования и науки РФ / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. - М.; СПб.: Питер, 2019. - 620 с.: ил. [314088](#)
6. Грибкова, Л.П. Психологические проблемы в спорте : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л.П. Грибкова ; Смол. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. - Смоленск: [Изд-во СГАФКСТ], 2011. - 71 с.: табл. [225143](#)
7. Дилигенский, Г.Г. Социально-политическая психология : учеб. пособие для вузов. - М.: Наука, 1994. - 304 с. [78955](#)
8. Информационные технологии в психологии [Электронный ресурс] / И.В. Уткин. — Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2011. — 64 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/188385>
9. Колдаев, В.М. Основные приемы статистики в медико-биологических исследованиях [Электронный ресурс] / А.В. Кропотов, В.М. Колдаев. — Владивосток : Медицина ДВ, 2019. — 105 с. : ил. — ISBN 978-5-98301-181-6. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/710419>
10. Ложкин Г. "Эмоциональное выгорание" тренера / Георгий Ложкин, Наталия Волянюк // Международная научная конференция психологов спорта и физической культуры "Рудиковские чтения", 21-22 янв. 2004 г. : материалы / Гос. Ком. Рос. Федерации

по физ. культуре и спорту, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Рус. Ассоц. психологов спорта и физ. культуры. - М., 2004. - С. 50-52. 163783

11. Методологические основы психологии / Л. В. Шибаева. — Сургут : Издательство Дефис, 2005. — 105 с. — URL: <https://rucont.ru/efd/254098> (дата обращения: 03.09.2023)

12. Особенности эмоционального выгорания и coping-стратегий в спортивных играх / Г.Б. Горская [и др.] // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте : материалы 4 Междунар. науч.-практ. конф., Смоленск, 24-28 дек. 2005 г. / УМО по физ. культуре и спорту, Смолен. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. - Смоленск, 2006. - С. 172-176. 147368

13. Романова, Е.С. Психодиагностика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : доп. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Е.С. Романова. - 2-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 400 с.: ил. [180306](#)

14. Соколов Е.Ю. Синдром эмоционального (психического) выгорания у сотрудников органов внутренних дел / Соколов Е.Ю. // 5 Международная научно-практическая конференция "Экстремальная деятельность человека. Проблемы и перспективы подготовки специалистов", 20-22 мая 2010 г. : тез. докл. / [под ред. Ю.В. Байковского] ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики приклад. видов спорта и экстрем. деятельности РГУФКСиТ. - М., 2010. - С. 88-93. 184703

15. Хасан, Б.И. Психология конфликта и переговоры : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Б.И. Хасан, П.А. Сергоманов. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 191 с.: ил. [168493](#)

16. Шумова, Н.С. Психологические модели поведения в трудных ситуациях взаимодействия : На примере студентов физкультур. вуза, специализирующихся в единоборствах : монография / Н.С. Шумова. - М.: Флинта: Наука, 2016. - 143 с.: ил. [252658](#)

17. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции : [учеб. пособие соответствует основным положениям федер. гос. образоват. стандарта высш. проф. образования по направлению подгот. 030300] / Ю.В. Щербатых. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.; СПб.: Питер, 2012. - 256 с.: ил. [228684](#)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<https://www.sportedu.ru/>

<https://lms.sportedu.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/history.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

Операционная система – Microsoft Windows.

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.

Локальная антивирусная программа – Dr.Web (или аналог).

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – AdobeAcrobatDC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменного работы);
- защита рефератов;
- тестирование;
- подведение итогов дидактической игры.

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы

Тема 1. Теоретические основы профилактики возникновения синдрома профессионального (эмоционального) выгорания

Устный опрос

1. Деятельность совместная. Смысл и значение взаимодействия. Успешность коммуникации. Получение поддержки.
2. Изменение состояний в процессе взаимодействия.
3. Условия, обеспечивающие самореализацию в процессе взаимодействия.
4. Определение трудной и простой (стереотипной) ситуации.
5. Психологическая подготовка к трудной ситуации.
6. Позитивное влияние трудных ситуаций. Обогащенная стимульная ситуация и развитие психики. Развитие волевых качеств.
7. Негативное влияние трудных ситуаций. Понятие акцентуации. «Точки наименьшего сопротивления».
8. Решающая роль особенностей личности для различий отношения к трудной ситуации и поведения в ней.

9. Психолого-педагогические технологии развития качеств, необходимых человеку в трудных ситуациях.
10. Взаимопомощь в трудных ситуациях.
11. Виды фрустрационного поведения.
12. Манипуляции.
13. «Трудные» ситуации взаимодействия. Актуальные и перспективные задачи разрешения противоречий в ходе взаимодействия на уровнях от межличностного до общекультурного.
14. Типовые «трудные» ситуации, возникающие в процессе развития психики (кризисы).
15. Предмет, задачи, основные понятия о профессиональном становлении личности.
16. Анализ понятий: саморазвитие, самоактуализация, самоорганизация, самопознание и других.
17. Основные подходы и авторы изучения проблемы профессионального становления личности.
18. Стратегии профессиональной адаптации.
19. Стадии профессионального развития личности. Сравнительный анализ понятий «становление» и «развитие». Понятие о профессиональном саморазвитии.
20. Профессиональное саморазвитие как процесс изменения компонентов: мотивационно-целевого, когнитивного, эмоционально-волевого, конструктивнодеятельностного, рефлексивного и результативного.
21. Профессионально-личностное саморазвитие в сфере образования.
22. Современные теории, концепции и модели профессионального становления личности в отечественной психологии.
23. Компоненты профессиональной деятельности.
24. Ресурсность профессионального развития.
25. Теории профессионального развития в зарубежной психологии: психодинамическое направление, сценарная теория, концепция профессионального развития Д. Сьюпера, теория профессионального выбора и другие.
26. Понятие о профессиональном самосознании.
27. Анализ понятий самосознания, самоизменения, самообогащения, самовоспитания и саморазвития.
28. Профессиональное самосознание в педагогической профессии.
29. Роль общения в становлении человека как личности и профессионала.
30. Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития.
31. Профессиональное образование как процесс и как система.
32. Общие закономерности проявления кризисов профессионального становления.
33. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития: объективные и субъективные.
34. Стадии профессионального становления личности: оптация, профессиональное образование и подготовка, профессиональная адаптации.
35. Первичная и вторичная профессионализация и мастерство.
36. Разрешение кризисов профессионального становления.
37. Технологии преодоления кризисов профессионального становления.
38. Понятие о профессиональной деформации личности.
39. Особенности профессиональной деформации в образовательной сфере
40. Психическое выгорание как фактор профессиональной деструкции.
41. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания.

42. Профилактика синдрома психического выгорания и ее виды.

Задание для самостоятельной работы.

Письменная работа по одной из тем (реферат):

1. Понятие «развитие психики». Периодизация развития личности в группе (по Петровскому А.В.).
2. «Диспозиционная концепция» Ядова В.А.
3. Понятие «локус контроля».
4. Развитие или сохранение «образа Я», «сохранение лица», снижение самооценки в трудных ситуациях.
5. Механизмы психологических защит (в т.ч., избегание, инфантилизм) и их роль в трудных ситуациях.
6. Кризис и незрелые стратегии поведения в трудных ситуациях: противостоящего совладания (попытки агрессивным способом изменить ситуацию, переживания неприязни и гнева), уступчивость, компенсаторная активность.
7. Понятия «качества личности», «стиль деятельности». Типовые «трудные» ситуации, характерные для разных профессий и разработанные в них профессиональные подходы к разрешению противоречий.
8. Подготовка к решению задач соединения взаимных усилий партнеров, распределению ролей и функций между участниками взаимодействия. Роль психодиагностики и психологической компетентности субъектов взаимодействия.
9. Установление и поддержание социальных контактов как гарантия получения социальной поддержки. Обращение за помощью.
10. Создание новых взаимодополняющих образцов поведения, моделей, выводящих субъектов на достижение во взаимодействии необходимого полезного результата.
11. Поиск, выбор, структурирование, конструирование действий.
12. «Открытое» поведение – преобладание в трудных ситуациях деятельности внешней, практической с множеством пробных, ошибочных действий. Получение опыта, в дальнейшем позволяющего сориентироваться в подобных ситуациях.
13. Наглядность и моделирование в обучении. Сбор информации. Определение значения и сути происходящего, оценка последствий, логический анализ, когнитивная подготовка. Принятие ответственности, стремление не повторять совершенных ошибок, признание участия в возникшей трудности.
14. «Скрытое» поведение – преобладание в трудных ситуациях деятельности внутренней, психической. Перебор вариантов «в уме» (умственные действия, когнитивные решения проблем), позволяющий создать программу действий, изменяющую неприятную ситуацию, вызывающую стресс.
15. Способы эмоционально-ориентированного психологического преодоления (способы справиться с эмоциональной реакцией). Стратегии позитивной и негативной переоценки, «акцептация ситуации» (принятие ее такой, какова она есть, после сравнения с положением людей, находящихся в еще более бедственном состоянии), волевые качества личности (терпение, настойчивость и др.), релаксация.
16. Эмоциональная экспрессия, катарсис (положительный момент экспрессии – понимание своих чувств и привлечение поддержки как следствие их выражения в ответ на проблему для снижения напряжения).
17. Возможные негативные личностные последствия трудных ситуаций.
18. Психологические способы восстановления после трудных жизненных ситуаций. Ограничение размеров ущерба, быстрый возврат в нормальное состояние.
19. Понятие мотивации достижения, ее значение в жизни и профессиональной деятельности, методы развития.

20. Рефлексия собственных мотивов и целей. Соотнесение их с ценностными нормами и ожиданиями окружающих.
21. Эмоциональная составляющая мотивации. Культивирование положительного эмоционального настроения.
22. Противоречивые мотивы деятельности. Рефлексия мотивов, противоречащих центральному мотиву.
23. Устранение внутренних барьеров для достижения цели.
24. Иерархия целей. Интегративное развитие мотивации достижения.
25. Дайте определение понятий: «функциональное состояние человека в труде», «работоспособность (актуальная и потенциальная)», «трудоспособность», «утомление», «переутомление», «усталость».

Тема 2. Основные стадии, аспекты и симптомы профессионального выгорания

Задание для текущего контроля успеваемости (выполняется работа по одной из тем на практических занятиях и по одной из тем – в качестве самостоятельной работы).

Темы презентаций:

1. Понятие профессионально важных качеств личности. Формирование ценностных основ профессионального самосознания.
2. Какие задачи практики предполагают изучение и оценку функциональных состояний субъекта труда? Какие существуют методы диагностики функциональных состояний?
3. Назовите типичные стадии динамики работоспособности в течение рабочего времени. Как изменяются психические процессы, функции сознания, мотивация субъекта труда при утомлении?
4. Перечислите виды неблагоприятных функциональных состояний субъекта труда.
5. Каковы причины развития профессионального стресса и утомления? Что такое «эмоциональное выгорание»? Каковы стратегии поведения, успешно преодолевающего стресс (копинг-стратегии)? Приведите примеры такого рода стратегий в работе психолога, врача, педагога, пожарного.
6. Назовите объективные критерии степени монотонности труда. Каковы психологические способы преодоления монотонности труда в промышленности?
7. Перечислите методы профилактики и коррекции неблагоприятных функциональных состояний.

Тема 3. Способы саморегуляции психологически здоровой личности

Устный опрос

1. Стресс и профессия. Основные стадии, аспекты и симптомы профессионального выгорания. Теоретические основы профилактики возникновения синдрома профессионального (эмоционального) выгорания

Вопросы. Каковы причины возникновения стресса в профессиональной деятельности. Подготовка к решению задач соединения взаимных усилий партнеров, распределению ролей и функций между участниками взаимодействия. Роль психодиагностики и психологической компетентности субъектов взаимодействия.

2. Мотивация достижения, ее значение в жизни и профессиональной деятельности. Противоречивые мотивы деятельности. Разрешение внешних и внутренних противоречий. Обращение за помощью. Установление и поддержание социальных контактов как гарантия получения социальной поддержки.

Вопросы. Опишите сложную многомерную структуру мотива. Условия и факторы, обуславливающие мотивационный акт. Проблема полимотивации поведения и деятельности. Побуждающая и направляющая функции мотива. Характеристики мотива – динамические (энергетические) и содержательные. Динамические – сила, устойчивость.

Содержательные – полнота осознания структуры мотива, уверенность в правильности выбора принятого решения, направленность мотива (личностная, индивидуальная или общественная, коллективная), ориентированность на внешние или внутренние факторы при объяснении своего поведения, на удовлетворение каких потребностей — биологических или социальных — они направлены, с какой деятельностью — игровой, учебной, трудовой, спортивной — связаны. Какие противоречивые мотивы деятельности вы знаете? Какие условия необходимо создать для успешного разрешения внешних и внутренних противоречий. Дайте определения понятия «Мотивация достижения». Опишите ее значение в жизни и профессиональной деятельности. Эмоциональная составляющая мотивации. Культивирование положительного эмоционального настроения. Рефлексия мотивов, противоречащих центральному мотиву. Устранение внутренних барьеров для достижения цели. Взаимодействие с окружающими. Обращение за помощью. Установление и поддержание социальных контактов как гарантия получения социальной поддержки.

3. Методы психологического воздействия, в том числе, в групповом тренинге, их система. Способы саморегуляции психологически здоровой личности.

Вопросы. В чем заключается психологическое воздействие – механизм группового тренинга. Методы психологического воздействия. Классы психологического воздействия по Г. А. Ковалеву.

Опишите типы и стратегию психологического воздействия. Методы психологического воздействия в групповом тренинге, их система. Практическое применение социальной психологии. Групповой (социально-психологический) тренинг как прикладной раздел социальной психологии. Групповой тренинг как метод активного обучения. Опишите групповой (социально-психологический) тренинг как прикладной раздел социальной психологии. Групповой тренинг как метод активного обучения.

Тест

1. Термин «психотехника» был предложен:

а) Г. Мюнстербергом;

б) В.Штерном;

в) Тейлором;

г) Вундтом.

2. Основоположники отечественной психологии труда:

а) Б.Ф. Ломов;

б) Е.А. Климов;

в) А.К. Гастев;

г) Б.М. Теплов.

3. Главная задача психологии труда:

а) исследование способности и возможностей действовать в стрессовых условиях соревнований;

б) изучение фактов и закономерностей психической регуляции деятельности человека;

в) исследование художественного творчества;

г) анализ психологических условий и особенностей управленческой деятельности.

4. Стресс это:

а) давление;

б) напряжение;

в) негативное состояние;

г) повреждение.

5. Что является психическим регулятором труда:

а) антицепация;

б) образ объекта труда;

в) владение внутренними средствами труда;

г) ориентировочная деятельность.

6. Составляющими трудового поста является:

а) производство полезных действий;

б) цель;

в) организация рабочего места;

г) управление средствами труда.

7. Учитель химии в средней школе это:

а) профессия;

б) специальность;

в) трудовой пост;

г) должность.

8. Стадия оптации:

а) 6-8 лет;

б) 11-12 лет;

в) 12-18 лет;

г) 18-25 лет.

9. Стадия адепта:

а) 6-8 лет;

б) 11-12 лет;

в) 12-18 лет;

г) 18-23 лет.

10. Какой метод чаще всего используется в психологии труда:

а) метод экспертной оценки;

б) метод анамнеза;

в) метод беседы;

г) метод наблюдения.

11. Что не относится к функциональному состоянию:

а) результат деятельности;

б) фон деятельности;

в) «карта деятельности»;

г) условия деятельности.

12. Стадия авторитета это:

а) оптант;

б) адепт;

в) интернал;

г) мастер;

13. К каким областям труда относится профессия продавец:

а) природа;

б) социальная система;

в) техника;

г) знаковая система.

14. Эрготическая функция это:

а) трудовая функция;

б) вещественная функция;

в) социальная функция;

г) функция средств труда.

15. Состояние не приводящее к потере работоспособности:

а) утомление;

б) напряженность;

в) монотония;

г) психическое пресыщение.

16. При утомлении наблюдается следующее изменение:

- а) возрастает объем внимания;
- б) улучшается память;
- в) деструкция мотивационной сферы;**
- г) повышение мыслительной активности.

17. Стадия динамики работоспособности:

- а) уровень непродуктивной деятельности;
- б) уровень максимальных возможностей;**
- в) уровень чувствительной напряженности;
- г) уровень аффекта.

18. Эзотерический способ регуляции состояния это:

- а) плавание;
- б) йога;**
- в) бег;
- г) гимнастика.

19. Выделите профессию с абсолютной пригодностью:

- а) врач;
- б) космонавт;**
- в) библиотекарь;
- г) продавец.

20. Оптимальный режим деятельности:

- а) связан с решением простых задач;
- б) отличается относительно большой нагрузкой;**
- в) связан с непредвиденными обстоятельствами;
- г) связан со снижением возможностей человека.

21. Что не относится к профессионально-важным качествам (ПВК):

- а) способности;
- б) поведение;**
- в) мотивы;
- г) направленность личности.

22. Психограмма — это не:

- а) мотивы;
- б) средство труда;**
- в) способности;
- г) знания.

23. Мотивационная сфера профессионализма это не:

- а) профессиональные ценности;
- б) работоспособность;**
- в) профессиональные притязания;
- г) профессиональные цели.

24. Операционная сфера профессионализма это не:

- а) профессиональные действия;
- б) эффективность труда;
- в) профессиональные мотивы;**
- г) индивидуальность их деятельности.

25. Факторы профессионального среза, связанные с трудовой деятельностью это не:

- а) перегрузки (много работы);
- б) плохие условия физического труда;
- в) дефицит времени;
- г) ролевой конфликт.**

26. Предмет психологии труда это:

- а) трудовая деятельность;

б) трудовой пост;

в) субъект труда;

г) объект труда.

27. Основные характеристики труда это не:

а) целенаправленная деятельность;

б) преднамеренный характер;

в) структурный характер;

г) орудийный характер.

28. Основные характеристики профессий это не:

а) вид трудовой деятельности;

б) общественно-полезной деятельности;

в) деятельность, где не обязательно вознаграждение;

г) деятельность предполагающая специальную подготовку.

29. Уровни самостоятельности человека в труде:

а) самостоятельная активность без помощи специалиста;

б) самостоятельная активность в условиях оптимального научного обслуживания;

в) человек рассматривается как некомпетентный и пассивный;

г) ненормативная самостоятельность.

30. Что не относится к специальностям:

а) окулист;

б) ортодонт;

в) врач;

г) педиатр.

31. К типу профессий с абсолютной профпригодностью относят следующие:

а) летчик;

б) преподаватель;

в) инженер;

г) продавец.

32. Наиболее устойчивыми профессионально значимыми свойствами являются:

а) мыслительные;

б) аттенционные;

в) индивидуально-типологические;

г) мнемические.

33. Индивидуальный стиль в работе нужен для:

в) роста карьеры;

а) предотвращения утомления;

б) освоения профессии;

г) компенсации слабых сторон и использования природных преимуществ.

34. К сенсорным и рецептивным свойствам относятся:

а) мыслительные свойства;

б) все виды чувствительности;

в) переключаемость внимания;

г) способности запоминания и воспроизведения.

35. Отрицательное влияние старого навыка на выработку нового, автоматизированного действия называется:

а) торможением;

б) интерференцией;

в) искажением;

г) блокированием.

36. Работы Гуго Мюнстерберга известны в области:

а) профессиональной адаптации;

б) профессионального отбора;

в) психологии управления;

г) физиологии труда.

37. Зарождение отечественной психологии труда связано с именем:

а) И.П.Павлова;

б) Шпильрейна;

в) В.М.Бехтерева;

г) И.М. Сеченова.

38. Под понятием “субъект труда” в современной психологии труда понимается:

а) работник;

б) совокупность свойств индивида и личности;

в) личность;

г) поведенческие реакции.

39. Личностные методы направлены на изучение:

а) субъекта труда;

б) объекта труда;

в) профессиональной среды;

г) квалификации работника.

40. Определение: “Напряжение, вызванное необходимостью частых переключений внимания в неожиданных направлениях”, — относится к понятию:

а) сенсорное напряжение;

б) монотония;

в) политония;

г) утомление.

41. Определение: “Напряжение, вызванное конфликтными условиями, повышенной вероятностью возникновения аварийной ситуации, неожиданностью, либо длительным напряжением прочих видов”, — относится к понятию:

а) напряжение ожидания;

б) интеллектуальное напряжение;

в) эмоциональное напряжение;

г) физическое напряжение.

42. Более высокие требования к руководителям в отношении заботы о подчиненных предъявляют:

а) коллектив опытных работников;

б) женский коллектив;

в) мужской коллектив;

г) молодежный коллектив.

43. Из перечисленных пунктов исключите те, которые не влияют на подверженность утомлению:

а) возраст;

б) интерес и мотивация;

в) волевые черты характера;

г) физическое развитие;

д) уровень интеллекта.

44. Период жизни человека, связанный с проблемой выбора или вынужденной перемены профессии и осуществления этого выбора называется:

а) фазой оптанта;

б) фазой адепта;

в) фазой адаптанта;

г) фазой интернала;

45. Профессия — это вид деятельности, который (убрать лишнее):

а) является общественно-полезным;

б) обусловлен половой принадлежностью;

- в) требует специальной подготовки и переподготовки;
- г) выполняется за определенное вознаграждение;
- д) дает человеку определенный социальный, общественный статус и признание.

46. Профессиональное самоопределение является основным новообразованием:

- а) дошкольного возраста;
- б) зрелого возраста;
- в) периода ранней юности;**
- г) подростничества.

47. Оптант, адепт, адаптант, интернал, мастер, авторитет и наставник – фазы профессионального развития по:

- а) Д. Сьюперу;
- б) Е.А. Климову;**
- в) С. Фукуяма;
- г) Н.С. Пряжникову.

48. Сознательный акт выявления собственной позиции в проблемных ситуациях называется:

- а) реориентацией личности;
- б) психобиографией;
- в) самоопределением;**
- г) таксономией.

49. Профессиональные деформации связаны с изменением (убрать лишнее):

- а) конфигурации тела;**
- б) продуктивности деятельности;
- в) конфигурации личностного профиля;
- г) мотивации деятельности.

50. В типологии профессий Е.А.Климова отсутствуют следующие типы профессий:

- а) человек — техника;
- б) человек — природа;
- в) человек — автомат;**
- г) человек — знаковая система.

51. Характеристика профессии, включающая описание условий труда, прав и обязанностей работника, необходимых знаний, умений и навыков, профессионально важных качеств и противопоказаний по состоянию здоровья называется:

- а) профессиограмма;**
- б) психограмма;
- в) праксиметрия;
- г) таксономия;

52. Основные направления профориентационной работы (исключить лишнее):

- а) профконсультация;
- б) профанация;**
- в) профинформация;
- г) профотбор.

53. Приведите в соответствие с возрастными задачами профессионального развития по периодизации Д. Сьюпера «Рост: развитие интересов способностей»:

- а) 0-14 лет;**
- б) 14-25 лет;
- в) 25-44 года;
- г) 45-64 года;
- д) 65 лет и более.

54. Приведите в соответствие с возрастными задачами профессионального развития по периодизации Д. Сьюпера «Исследовательский период: апробация сил»:

- а) 0-14 лет;

- б) 14-25 лет;**
- в) 25-44 года;
- г) 45-64 года;
- д) 65 лет и более.

55. Приведите в соответствие с возрастными задачами профессионального развития по периодизации Д. Сьюпера «Утверждение: упрочение позиций в профессии, в обществе»:

- а) 0-14 лет;
- б) 14-25 лет;
- в) 25-44 года;**
- г) 45-64 года;
- д) 65 лет и более.

56. Приведите в соответствие с возрастными задачами профессионального развития по периодизации Д. Сьюпера «Поддерживание: достижение устойчивости проф. положения»:

- а) 0-14 лет;
- б) 14-25 лет;
- в) 25-44 года;
- г) 45-64 года;**
- д) 65 лет и более.

57. Приведите в соответствие с возрастными задачами профессионального развития по периодизации Д. Сьюпера «Спад: уменьшение профессиональной активности»:

- а) 0-14 лет;
- б) 14-25 лет;
- в) 25-44 года;
- г) 45-64 года;
- д) 65 лет и более.**

58. К профессиям типа Человек-Человек не относятся:

- а) бухгалтер;
- б) учитель;
- в) аудитор;**
- г) страховой агент;
- д) менеджер.

59. Первое по порядку понятие, при котором каждое предыдущее было бы родовым (более общим) по отношению к последующим:

- а) самоопределение на конкретном трудовом посту;
- б) жизненное самоопределение;
- в) профессиональное самоопределение;
- г) ценностно-нравственное самоопределение.**

60. Уровень профессионального развития личности (по А.К. Марковой), который характеризует профессиональную деятельность в ее расцвете («акме»), в ее высоких достижениях и творческих успехах:

- а) псевдопрофессионализм;
- б) допрофессионализм;**
- в) суперпрофессионализм;
- г) профессионализм.

61. Смена профессионального учебного заведения или профессии в связи с острой неудовлетворенностью выбором профессиональной деятельности или обнаружившейся профессиональной непригодностью называется:

- а) профессиологией;
- б) реориентацией;**

в) псевдопрофессионализацией;

г) каузометрией.

62. Из перечисленных умений к интеллектуальным не относятся:

а) мнемические;

б) аттенционные;

в) мыслительные;

г) имажинитивные.

63. Что можно отнести к профессиям:

а) окулист;

б) ортодонт;

в) врач;

г) педиатр.

64. Укажите содержание поведенческого кризиса профессионального развития:

а) Потеря интереса к учебе, работе, утрата перспектив профессионального роста, дезинтеграция профессиональных ориентации, установок, позиций;

б) Неудовлетворенность содержанием и способами осуществления учебно-профессиональной и профессиональной деятельности;

в) Противоречия в межличностных отношениях в первичном коллективе, неудовлетворенность своим социально-профессиональным статусом, положением в группе, уровнем зарплаты и т.д.

65. Укажите содержание когнитивно-деятельностного кризиса профессионального развития:

а) Потеря интереса к учебе, работе, утрата перспектив профессионального роста, дезинтеграция профессиональных ориентации, установок, позиций;

б) Неудовлетворенность содержанием и способами осуществления учебно-профессиональной и профессиональной деятельности;

в) Противоречия в межличностных отношениях в первичном коллективе, неудовлетворенность своим социально-профессиональным статусом, положением в группе, уровнем зарплаты и т.д.

66. Укажите содержание мотивационного кризиса профессионального развития:

а) Потеря интереса к учебе, работе, утрата перспектив профессионального роста, дезинтеграция профессиональных ориентации, установок, позиций;

б) Неудовлетворенность содержанием и способами осуществления учебно-профессиональной и профессиональной деятельности;

в) Противоречия в межличностных отношениях в первичном коллективе, неудовлетворенность своим социально-профессиональным статусом, положением в группе, уровнем зарплаты и т.д.

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Стресс и профессия.
2. Подготовка к решению задач соединения взаимных усилий партнеров, распределению ролей и функций между участниками взаимодействия.
3. Роль психодиагностики и психологической компетентности субъектов взаимодействия для успешности совместной деятельности.
4. Психологическое воздействие как механизм группового тренинга.
5. Методы психологического воздействия.
6. Классы психологического воздействия по Г. А. Ковалеву.
7. Типология и стратегия психологического воздействия.

8. Методы психологического воздействия в групповом тренинге, их система.
9. Практическое применение социальной психологии. Групповой (социально-психологический) тренинг как прикладной раздел социальной психологии.
10. Групповой тренинг как метод активного обучения.
11. Сложная многомерная структура мотива.
12. Условия и факторы, обуславливающие мотивационный акт
13. Проблема полимотивации поведения и деятельности.
14. Побуждающая и направляющая функции мотива.
15. Характеристики мотива – динамические (энергетические) и содержательные.
16. Динамические характеристики мотива – сила, устойчивость.
17. Содержательные характеристики мотива – полнота осознания структуры мотива, уверенность в правильности выбора принятого решения, направленность мотива (личностная, индивидуальная или общественная, коллективная), ориентированность на внешние или внутренние факторы при объяснении своего поведения, на удовлетворение каких потребностей — биологических или социальных — они направлены, с какой деятельностью — игровой, учебной, трудовой, спортивной — связаны.
18. Противоречивые мотивы деятельности.
19. Разрешение внешних и внутренних противоречий.
20. Мотивация достижения, ее значение в жизни и профессиональной деятельности.
21. Эмоциональная составляющая мотивации. Культивирование положительного эмоционального настроения.
22. Рефлексия мотивов, противоречащих центральному мотиву.
23. Устранение внутренних барьеров для достижения цели.
24. Взаимодействие с окружающими.
25. Обращение за помощью.
26. Установление и поддержание социальных контактов как гарантия получения социальной поддержки

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка **«отлично»** ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
- сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
- не нарушены сроки выполнения задания.

Оценка **«хорошо»** ставится, если:

- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
- выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
- сроки выполнения задания не нарушены.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если:

- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
- выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
- отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
- не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если:

- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;

- выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
- задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, баллы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- менее 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к оценке ответа на экзамене

В качестве критериев оценок знаний слушателей на экзамене выставляется оценка:

Отлично:

Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Хорошо:

Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Удовлетворительно:

Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Неудовлетворительно:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ**

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
*«Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и
экстремальных видов деятельности»*

Форма обучения: очно-заочная

Москва–2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»,
Протокол № 01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчики:

Байковский Юрий Викторович, д-р. пед. наук, канд. психол. наук, профессор кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК);

Шумова Наталия Сергеевна, к.псх.н., доцент кафедры психологии, философии и социологии РУС (ГЦОЛИФК)

Рецензент:

Сингина Н.Ф. – к.псх.н., доцент

Программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» (утв. приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. №, 839), Профессионального стандарта 03.018 - Психолог-консультант (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ 14 сентября 2022 г. N 537н), на основе учебного плана ДПП ИП «Консультативная психология в сфере физической культуры, спорта и экстремальных видов деятельности»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины *«Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных условиях»* является: формирование у студентов умения организовывать и планировать психологическую работу, изучение методов воздействия с целью психологической профилактики и коррекции, умение выполнять профессиональные задачи в чрезвычайных ситуациях и осуществлять психологическое обеспечение служебной деятельности сотрудников в экстремальных условиях.

Задачи дисциплины:

- формирование знаний о основных принципах подбора и применения комплекса диагностических методик для проведения психологического обследования населения и трудовых коллективов, осуществляющих деятельность или случайно оказавшихся в экстремальных условиях;
- формирование умений выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности, влияющие на отклонения в поведении и взаимоотношениях с окружающими людьми;
- приобретение опыта ведения документации и служебной переписки в соответствии с требованиями нормативных документов;
- формирование умений определять стратегии взаимодействия, планировать и корректировать свою деятельность в команде, применять полученные знания и навыки в экстремальных условиях.
- формирование умений решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПОДГОТОВКИ СЛУШАТЕЛЯ

Дисциплина *«Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных условиях»* направлена на изучение применения методологий, практических приемов и систематизированных теорий для решения стандартных задач психологического обеспечения профессиональной деятельности в экстремальных условиях.

Содержание дисциплины «включает в себя следующие темы:

Тема 1. Методологические принципы и методические основы психологической подготовки профессиональных контингентов

Тема 2. Организация и проведение мероприятий по психологической подготовке

Тема 3. Виды и задачи психологического обеспечения действий при чрезвычайных обстоятельствах

Тема 4. Экстренная психологическая помощь: цели, задачи, содержание работы

Тема 5. Методы оказания информационной поддержки и психологической помощи пострадавшим в ЧС, их близким и родственникам.

Преподавание дисциплины *«Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных условиях»* осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы.

Завершается дисциплина экзаменом.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Слушатель в результате освоения дисциплины должен обладать следующими компетенциями и соответствующими им знаниями, умениями и навыками (практическим опытом):

Профессиональные компетенции

ПК 1.1. Способность проводить психологическое обследование населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами (А/01.6):

Знать:

- Конституцию Российской Федерации;
 - Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
 - Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
 - Требования по защите персональных данных при обработке информации;
 - Теоретические основы психологического консультирования;
 - Теоретические основы конфликтологии и управления конфликтами;
 - Типы организационных структур и принципы развития предприятий;
 - Порядок выявления приоритетных тем психологического консультирования;
- Порядок заключения договора об оказании психологического консультирования и методики его заключения;
- Приемы установления консультационного контакта с получателем (получателями) психологического консультирования;
 - Порядок психологического консультирования населения и трудовых коллективов

Уметь:

- Подбирать и применять комплекс диагностических методик для проведения психологического обследования населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами;
- Выявлять основные факторы, влияющие на мотивацию получателя (получателей) психологического консультирования в соответствии с целями психологического консультирования;
- Выявлять влияние психологических факторов на трудовую деятельность членов (участников) трудового коллектива предприятия, учреждения, организации;
- Применять методы изучения социально-психологического климата в коллективе;
- Использовать в работе профессиональные психологические тесты и опросники;
- Использовать новые методы и процедуры психологического консультирования;
- Выявлять приоритетные темы психологического консультирования;
- Оформлять договор об оказании консультационных услуг;
- Устанавливать консультационный контакт с получателем (получателями) психологического консультирования;
- Анализировать результаты психологического обследования;
- Составлять заключение по результатам мероприятий психологического обследования;
- Применять методы обработки информации, полученной в ходе проведения мероприятий психологического обследования;
- Выявлять причины для направления получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам;

- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Определение целей психологического консультирования;
 - Выявление первичных запросов получателя (получателей) психологического консультирования и ранжирование тем консультирования;
 - Заключение договора об оказании психологического консультирования;
- Подбор диагностических инструментов для проведения психологического обследования;
- Проведение психологической диагностики населения и обработка полученной информации; Проведение комплекса мероприятий по исследованию трудового коллектива;
 - Формирование мотивации к прохождению курса психологического консультирования;
 - Обобщение результатов психологического обследования трудового коллектива;
 - Подготовка рекомендаций по направлению получателя (получателей) психологического консультирования к смежным специалистам (по необходимости).

ПК 2.1. Способность к организация мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов в сфере спорта, физической культуры и в экстремальной деятельности (В/01.7)

Знать:

- Конституцию Российской Федерации Гражданское, семейное, трудовое, административное право в части профессиональной деятельности;
- Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования;
- Требования по защите персональных данных при обработке информации;
- Требования охраны труда и пожарной безопасности;
- Особенности организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Основные принципы и методы управления;
- Теоретические основы и методы психологического консультирования;
- Методы и способы разрешения конфликтов;
- Принципы и методы профилактики профессионального выгорания;
- Знание современных средств информационнокоммуникационных технологий и необходимых компьютерных программ;
- Нормы профессиональной этики психолога-консультанта;
- Техники проведения деловых переговоров и приемы публичных выступлений;
- Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности;
- Соблюдать конфиденциальность в отношении полученной информации

Уметь:

- Планировать реализацию мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать мероприятия психологического консультирования в соответствии с согласованными программами и графиками;
- Применять принципы и методы управления работниками и непосредственными исполнителями, участвующими в реализации мероприятий психологического консультирования;

- Анализировать практики управления деятельностью по организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Разрабатывать показатели эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организовывать оценку необходимой квалификации работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Анализировать потребности в организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Проводить деловые переговоры и пользоваться приемами публичных выступлений;
- Контролировать соблюдение правил внутреннего трудового распорядка, охраны труда и пожарной безопасности;
- Осуществлять управленческую деятельность, принимать управленческие решения Систематизировать и анализировать правовую, организационную и технологическую информацию, связанную с организацией мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организовывать взаимодействие с государственными органами общественными организациями, профессиональными союзами, коллегиальными органами работников, с представителями трудовых коллективов, смежными специалистами в части организации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов.
- Работать с правовыми информационными системами, электронными цифровыми документами;
- Применять в работе необходимые компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-консультирования;
- Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями нормативных документов.

Владеть навыками (иметь практический опыт):

- Планирование мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов⁴
- Организация укомплектованности штата работниками необходимой квалификации для проведения мероприятий психологического консультирования;
- Организация выбора непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования;
- Распределение задач по выполнению мероприятий психологического консультирования между подразделениями (работниками);
- Разработка показателей эффективности мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов, критериев их оценки и методов контроля;
- Прогнозирование потребности в мероприятиях психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Применение практик по управлению мероприятиями психологического консультирования населения и трудовых коллективов;
- Организация процедур оценки эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организация разработки рекомендаций по оптимизации эффективности мероприятий психологического консультирования;
- Организация взаимодействия со смежными специалистами в целях направления получателя (получателей) психологического консультирования (при необходимости);

- Создание безопасных условий труда для реализации мероприятий психологического консультирования;
- Разработка мер поощрения и дисциплинарного взыскания работников, участвующих в реализации мероприятий психологического консультирования;
- Организация ведения отчетности и документации в соответствии с требованиями к срокам и качеству ее представления

ОПК-1- способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности:

Знать:

- основные методы,
- способы и средства получения, хранения, переработки информации;

Уметь:

- работать с компьютером;

Владеть:

- навыками самостоятельной работы в системе компьютерных технологий

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины - 25 часов, в том числе: лекции - 9 часов, практические занятия - 6 часов, самостоятельная работа - 10 часов.

Учебно-тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Дистанционные занятия	Самостоятельная работа	
1.	Методологические принципы и методические основы психологической подготовки профессиональных контингентов	6	2	2	-	2	<i>Устный опрос Письменная работа</i>
2.	Организация и проведение мероприятий по психологической подготовке	6	2	2	-	2	<i>Реферат</i>
3.	Виды и задачи психологического обеспечения действий при чрезвычайных обстоятельствах	6	2	2	-	2	<i>Дидактическая игра</i>
4.	Экстренная психологическая помощь: цели, задачи,	4	2	-	-	2	<i>Устный</i>

	содержание работы						<i>опрос Письменная работа</i>
5.	Методы оказания информационной поддержки и психологической помощи пострадавшим в ЧС, их близким и родственникам	3	1	-		2	<i>Устный опрос Письменная работа</i>
Итого часов: 25		9	6			10	Экзамен

Содержание учебного материала по дисциплине

Тема 1. Методологические принципы и методические основы психологической подготовки профессиональных контингентов

Определение психологической подготовки как способности, процесса, совокупности психолого-педагогических воздействий, системы мер. Психологическая подготовка как специализированный процесс усвоения психологической составляющей профессиональной деятельности, осуществляемый в единстве с формированием профессионально важных качеств.

Обеспечение условий для формирования и развития профессионально важных качеств, сохранения психологического и профессионального здоровья, увеличения профессионального долголетия как цель психологической подготовки профессиональных контингентов. Эмоциональный, когнитивный, поведенческий и социальный уровни профессионального здоровья.

Эмоциональный уровень - стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность, адекватность проявления эмоций в соответствии с ситуацией, саморегуляция эмоционального состояния; безопасность способов отреагирования негативных эмоций.

Когнитивный уровень - знания о профессиональном здоровье и негативных последствиях профессионального стресса, о влиянии физического и психического здоровья на профессиональную деятельность, о методах саморегуляции, отношение к профессиональному здоровью как к одной из важных ценностей.

Поведенческий уровень - наличие нескольких стратегий совладания в сложных и кризисных ситуациях, ресурсов, локус контроля, модели поведения, способность адаптироваться к изменившимся условиям и требованиям ситуации и среды.

Социальный уровень – мотивация, направленность на самореализацию и совершенствование в профессиональной деятельности.

Методологические принципы процесса психологической подготовки (системность, целостность, специфичность, научная обоснованность).

Тема 2 Организация и проведение мероприятий по психологической подготовке

Психологическая профилактика и психологическая коррекция. Профессиональное здоровье как состояние регуляторных свойств организма, физического, психического и эмоционального благополучия, обеспечивающее высокую надежность профессиональной деятельности и профессиональное долголетие.

Организация решения профессиональных задач в условиях, характеризующихся высоким уровнем неопределенности, дефицитом времени, сложными физическими условиями и психоэмоциональными нагрузками.

Проведение мероприятий по повышению слаженности действий личного состава профессиональных контингентов в экстремальных условиях.

Тема 3. Виды и задачи психологического обеспечения действий при чрезвычайных обстоятельствах

Основные разделы психологической подготовки профессиональных контингентов:

1. Профессиональное здоровье и профилактика его нарушений;
2. Особенности психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях, профилактика и коррекция неблагоприятных состояний пострадавших;

3. Психология управления деятельностью в экстремальных условиях.

Основные виды психологической подготовки профессиональных контингентов:

1. Психологическая подготовка в процессе профессионального обучения и повышения квалификации. Задачи: получение знаний, формирование навыков и умений; развитие профессионально важных качеств; формирование мотивации профессионального развития; профилактика негативных последствий профессионального стресса.

2. Психологическая подготовка в ходе профессиональной деятельности. Задачи: актуализация, детализация, поддержание целостной системы знаний, навыков и умений на уровне требований профессиональной деятельности для конкретного уровня квалификации; совершенствование системы психологической подготовки с учетом профессионального опыта специалистов; профилактика и коррекция негативных последствий профессионального стресса.

3. Психологическая подготовка при проведении соревнований и моделировании экстремальных условий (учения, учебно-тренировочные сборы и т.д.). Задачи: совершенствование системы знаний, навыков и умений в области психологии в условиях, максимально приближенных к реальным; профилактика негативных последствий профессионального стресса.

Тема 4. Экстренная психологическая помощь: цели, задачи, содержание работы

Экстренная психологическая помощь (первая психологическая помощь) как комплексная система действий, направленная на улучшение состояния (психического и физического) пострадавших в чрезвычайной ситуации (в ближайшее время + после нее), а также профилактику дальнейших негативных психологических последствий.

Принципы оказания экстренной психологической помощи (безотлагательности; ожидания восстановления нормального состояния, воспринимая психоэмоциональные, физиологические реакции как нормальные реакции на стрессовое (ненормальное) событие, приближенности к месту событий – оказание помощи на месте либо в привычной обстановке близкого окружения, единства и простоты психологической помощи).

Основные цели и задачи экстренной психологической помощи:

- поддержание на оптимальном уровне психологического и психофизиологического состояния, помощь при острых стрессовых реакциях;
- предупреждение отсроченных неблагоприятных реакций, избавление от неблагоприятных эмоциональных состояний, возникших непосредственно из-за психотравмирующего события;
- предупреждение и при необходимости прекращение проявления выраженных эмоциональных реакций, в том числе массовых;
- консультирование пострадавших, их родных, близких, персонала, работающего в условиях экстремальных условиях об особенностях переживания стресса;
- помощь специалистам, принимающим участие в ликвидации последствий экстремальной ситуации.

Определение содержания экстренной психологической помощи, создание развернутого плана действий по ее оказанию экстренной в зависимости от специфических характеристик ситуации.

Тема 5. Методы оказания информационной поддержки и психологической помощи пострадавшим в ЧС, их близким и родственникам

Формы и методы оказания психологической помощи, описанные в научных трудах психоаналитической, гуманистической и других парадигм, предполагающие возможность краткосрочного воздействия метода. Психотерапевтические и психокоррекционные направления.

Целостный подход, интегральные методы консультирования и психотерапии (нейро-лингвистическое программирование, телесноориентированная терапия, арттерапия, краткосрочная позитивная терапия, суггестивные техники, релаксационные методы и методы, направленные на саморегуляцию, рациональная психотерапия, психокатализ и др.).

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие *виды учебной деятельности*:

- Мини-лекции. Проводятся в рамках занятий. Предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых с точки зрения управления концепций и подходов.

- Практические занятия. Проводятся для освоения представленных в программе концепций, идей и техник, развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой работы и обмена опытом.

- Самостоятельные занятия. Основная форма самостоятельной работы обучающегося – это изучение учебных материалов в соответствии с планом программы с целью выполнения слушателем анализа своей рабочей ситуации и выработки предложений по ее улучшению.

- Консультации. Обучающийся может проконсультироваться у преподавателя по телефону или электронной почте, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Тем самым обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие проблемы.

- Письменные работы. Слушатели готовят письменные задания, которые проверяет преподаватель. В основе каждого письменного задания выработка рекомендаций по решению проблем в собственной практической деятельности

- Дидактическая игра — это учебное занятие, организуемое в виде учебной игры, реализующее ряд принципов игрового, активного обучения и отличающееся наличием правил, фиксированной структуры игровой деятельности и системы оценивания. А также - один из методов активного обучения, предназначенный для развития познавательной активности учащихся. Дидактическая игра проводится с целью формирования умений и одновременно с целью фиксации уровня приобретённых умений. Дидактические игры предусматривают выполнение обучающимися практических заданий в искусственно заданных профессионально значимых ситуациях.

Дидактическая игра проводится по следующей схеме:

- 1) определение регламента работы: распределение студентов группы на микрогруппы, объяснение правил игры и функций участников, установление контрольного времени для выполнения заданий, ознакомление с системой оценки итогов деятельности микрогрупп;

- 2) Организация «мозгового штурма» в микрогруппах;

- 3) Доклады представителей микрогрупп;

- 4) Оценка и самооценка студентами результатов деятельности.

При реализации различных видов учебной деятельности применяются следующие **образовательные технологии**:

- личностно-ориентированный подход;
- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков, в том числе с использованием Интернет-технологий;
- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;
- игровая образовательная технология (проведение дидактической игры).

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

а) Основная литература:

1. Марина, И.Е. Психология экстремальных ситуаций [Электронный ресурс] / И.Е. Марина. –: [Б.и.], 2009. – 35 с. – Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/288337>
2. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - М.; СПб.: Питер, 2019. - 351 с.: ил. 314329

б) Дополнительная литература:

1. Методологические основы психологии / Л. В. Шibaева. – Сургут : Издательство Дефис, 2005. – 105 с. – Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/254098>
2. Романова, Е.С. Психодиагностика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : доп. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Е.С. Романова. - 2-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 400 с.: ил. 180306
3. Аванесян, Г.М. Внедрение универсальной модели компьютерной психодиагностики в процесс отбора / Аванесян Г.М. // 8 Международ. науч.-практ. конф. психологов физ. культуры и спорта "Рудиковские чтения", 5 - 7 июня 2012 г.: материалы / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. гос. ун-т физ.культуры, спорта и туризма, Межрегион. обществ. орг. "Сообщество психологов спорта и физ. культуры". - М., 2012. - С. 221-224. 201103
4. Байковский, Ю.В. Психодиагностика предстартовых состояний спортсменов / Байковский Ю.В., Савинкина А.О., Ковалева А В. // Науч.-пед. шк. в сфере физ. культуры и спорта: материалы междунар. науч.-практ. конгр, 30-31 мая 2018 г. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2018. - Ч. 2. - С. 179-186.
Режим доступа: [HTTP://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287646.pdf](http://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287646.pdf)
289368

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- <https://www.sportedu.ru/>
- <https://lms.sportedu.ru/>
- <http://lib.sportedu.ru/history.html>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

программное обеспечение дисциплины (модуля):

Операционная система – Microsoft Windows.

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.

Локальная антивирусная программа – Dr.Web (или аналог).

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe AcrobatDC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

5.3. Материально-техническое обеспечение

Перечень кабинетов, лабораторий и их оборудование:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и практических занятий, имеющие специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер, а также комплект аудиторной мебели, ученической доской.

5.4. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации педагогических кадров: высшее образование по направлению/специальности педагогической направленности.

6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Формы текущей аттестации и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы

Учет успеваемости слушателей ведется в форме текущего контроля по пройденным темам, контроля за выполнением заданий по самостоятельной работе, практических заданий, а также промежуточного контроля (завершающей дисциплину аттестации) в сроки, установленные учебным планом. Обязательным условием допуска слушателя к промежуточной аттестации являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- контроль самостоятельной работы слушателей (выполнения письменного работы);
- защита рефератов;
- подведение итогов дидактической игры.

Перечень примерных вопросов и заданий для практических занятий и самостоятельной работы

Тема 1. Методологические принципы и методические основы психологической подготовки профессиональных контингентов

1. Как спланировать и организовать работу специалиста психологической службы при психологической подготовке профессиональных контингентов?

2. Каковы основы психологической подготовки к деятельности в экстремальных условиях?

3. Как выстроить профессиональное взаимодействие психолога в процессе психологической подготовки?

4. Перечислите основные методики подготовки сотрудников работе в экстремальных условиях.

5. При помощи каких групп методов проводится диагностика профессионально-важных качеств личности сотрудника?

6. Назовите приемы преодоления страха и формирования бесстрашия в период подготовки и осуществления деятельности в экстремальных условиях.

Задание для самостоятельной работы.

Написать реферат по одной из тем:

1. Планирование и организация работы специалиста психологической службы в чрезвычайной ситуации.
2. Основы психологической подготовки к деятельности в экстремальных условиях.
3. Профессиональное взаимодействие психолога в процессе психологической подготовки.
4. Основные методики подготовки сотрудников работе в экстремальных условиях.
5. Диагностика профессионально-важных качеств личности сотрудника.
6. Приемы преодоления страха и формирования бесстрашия в период подготовки и осуществления деятельности в экстремальных условиях.

Тема 2. Организация и проведение мероприятий по психологической подготовке

Задание для самостоятельной работы.

Темы презентаций:

1. Методы психологической поддержки в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы.
2. Методы организации психологического обеспечения, в том числе в условиях террористических актов, массовых беспорядков, чрезвычайных ситуаций, стихийных бедствий, катастроф.
3. Способность принимать оптимальные управленческие решения в экстремальных условиях.
4. Задачи психологического обеспечения контртеррористической деятельности
5. Оценка обстановки и принятие решения сотрудниками в опасной ситуации.
6. Психологические основы поведения и механизмы взаимодействия конфликтующих сторон.

Тема 3. Виды и задачи психологического обеспечения действий при чрезвычайных обстоятельствах

Устный опрос

1. Осуществление профессиональной психологической подготовки сотрудников с целью формирования морально-психологической готовности к деятельности в повседневных и экстремальных условиях.
2. Анализ характеристик психических процессов, психических свойств и состояний человека, их проявлений в различных видах служебной деятельности, в межличностных и социальных взаимодействиях на уровне индивида, группы, сообщества.
3. Мониторинг психологического климата, описание и анализ форм организации взаимодействий в служебных коллективах.
4. Выявление проблем, затрудняющих функционирование подразделения, учреждения, организации.
5. Проведение диагностики и оптимизации работы с личным составом, консультирование руководителей по результатам психологического обследования сотрудников.
6. Проведение психологической реабилитации и восстановления работоспособности сотрудников, военнослужащих и иных лиц.

Тема 4. Экстренная психологическая помощь: цели, задачи, содержание работы

Тестирование

1. ***Приведите в соответствие представителей науки и их высказывания:***

- a) экспериментальная психология как система знаний, полученных на основе экспериментального изучения поведения человека и животных В.Вундт, С.Ситвенсон
- b) экспериментальная психология как система экспериментальных методов и методик, реализуемых в конкретных исследованиях М.В. Мэтлин
- c) экспериментальная психология как характеристика научной дисциплины, занимающейся проблемой методов психологического исследования в целом Ф.Дж.Мак Гиган

2. Представитель неопрейдизма, изучающий особенности нарциссической личности
Э. Фромм

3. Основоположник исследования таких психических явлений, как «уровень притязаний», «мотивация достижений», «квазипотребности», «групповая динамика»

К. Левин

4. Автор программы изучения влияния процесса общения на когнитивные процессы

Б.Ф. Ломовой

5. Ученый выделивший эмпирическую и рациональную психологии

Х.Вольф

6. Последовательность уровней методологического анализа психологической реальности

- a) общая методология (философский подход к анализу явлений действительности)
- b) частная или специальная методология, обеспечивающая реализацию в русле конкретной теории
- c) методика - совокупность конкретных методов, методик процедур психологического исследования

7. Автор одного из первых учебников "Экспериментальная психология"

С.Стивенс

8. ... - это раскрытие научных нормативов как парадигм организации исследования

Методология

9. ... - это сложившаяся к определенному историческому моменту практика научных исследований, придерживающихся некоторой традиционной модели организации

Парадигма

10. Раскрытие философских установок, принимаемых исследователями в рамках той или иной психологической школы называют.....

Методология

11. ... эксперимента - это организация его проведения в соответствии с безупречным образцом (мысленными образцами) для того, чтобы получить достоверные данные

Планирование

12. Соответствие вида эмпирических методов исследования характеристике

- a) опосредованный-активный (эксперимент)
- b) опосредованный-пассивный (измерение)
- c) непосредственный-активный (беседа)

13. Соответствие фаз познания мира, выделенными О.Конттом, их содержательным характеристикам

- a) основанное на традиции и индивидуальной вере (религиозное познание)
- b) основанное на интуиции автора той или иной концепции, рациональное и умозрительное по своей сути (философское познание)
- c) научное знание, основанное на фиксации фактов в ходе целенаправленного наблюдения или эксперимента (позитивное познание)

14. Год, когда Марбург Гоклениус предложил термин "психология

1500

15. Соответствие этапа научного исследования (Б.Г. Ананьев) различным группам методов, используемых на различных этапах

- a) наблюдение и самонаблюдение, экспериментальные методы (группа эмпирических способов добывания данных)
- b) методы математической статистики, качественные характеристики (прием и обработка данных)
- c) интерпретационные методы – генетический и структурный методы (анализ результатов исследования)

16. Основные психологические методы исследования, выделенные М.С.Роговиным и Г.В.Залевским

- a) Герменевтический
- b) Биографический
- c) Наблюдение
- d) Самонаблюдение
- e) Эксперимент
- f) Клинический

17. Первооткрыватель эффекта социальной фасилитации (усиления), или эффекта аудитории

Р.Зайонц

18. ... ввела классификацию, разделив всех испытуемых на позитивно настроенных, негативно настроенных и доверчивых.

М.Метлин

19. Соответствие разных названий феномена «субъективная регуляция профессионализации личности» их теоретиками

- d) "жизненные планы"-И.Т.Левыкин
- a) "жизненные перспективы"-А.В.Петровский
- b) "профессиональные планы"-Г.М.Кочетков
- c) "проекты самоопределения"-И.В.Журавлев

20. Эффект плацебо был открыт

Медиками

6.2. Формы аттестации и оценочные средства для проведения итогового контроля успеваемости (промежуточной аттестации)

Форма итогового контроля по дисциплине – *экзамен*

Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1. Планирование и организация работы специалиста психологической службы в чрезвычайной ситуации.
2. Основы психологической подготовки к деятельности в экстремальных условиях.
3. Профессиональное взаимодействие психолога в процессе психологической подготовки.
4. Основные методики подготовки сотрудников работе в экстремальных условиях.
5. Диагностика профессионально-важных качеств личности сотрудника.
6. Приемы преодоления страха и формирования бесстрашия в период подготовки и осуществления деятельности в экстремальных условиях.
7. Методы психологической поддержки в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы.
8. Методы организации психологического обеспечения, в том числе в условиях террористических актов, массовых беспорядков, чрезвычайных ситуаций, стихийных бедствий, катастроф.
9. Способность принимать оптимальные управленческие решения в экстремальных условиях.

10. Задачи психологического обеспечения контртеррористической деятельности
11. Оценка обстановки и принятие решения сотрудниками в опасной ситуации.
12. Психологические основы поведения и механизмы взаимодействия конфликтующих сторон.
13. Осуществление профессиональной психологической подготовки сотрудников с целью формирования морально-психологической готовности к деятельности в повседневных и экстремальных условиях.
14. Анализ характеристик психических процессов, психических свойств и состояний человека, их проявлений в различных видах служебной деятельности, в межличностных и социальных взаимодействиях на уровне индивида, группы, сообщества.
15. Мониторинг психологического климата, описание и анализ форм организации взаимодействий в служебных коллективах.
16. Выявление проблем, затрудняющих функционирование подразделения, учреждения, организации.
17. Проведение диагностики и оптимизации работы с личным составом, консультирование руководителей по результатам психологического обследования сотрудников.
18. Проведение психологической реабилитации и восстановления работоспособности сотрудников, военнослужащих и иных лиц.
19. Предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации.
20. Формирование установок в отношении здорового образа жизни, гармоничного развития, толерантности во взаимодействии с окружающим миром, продуктивного преодоления профессиональных и жизненных трудностей.
21. Разработка моделей психодиагностики, методов сбора первичных данных, их анализ и интерпретация.
22. Разработка моделей диагностики проблем лиц, нуждающихся в коррекционных воздействиях, выбор адекватных форм, методов и программ коррекционных мероприятий, программ психологической помощи сотрудникам, военнослужащим и иным лицам.
23. Психологическое консультирование в области управленческой, социальной, профессиональной, образовательной деятельности; консультирование должностных лиц по психологическим проблемам, связанным с организацией служебной деятельности сотрудников в экстремальных условиях.
24. Мониторинг доверия, толерантности, идентичности, конфликтов в организации.
25. Выявление психологической составляющей методов и специальных приемов деятельности, используемых в служебной деятельности силовых структур.
26. Выявление и составление рекомендаций по устранению организационно-психологических проблем, затрудняющих функционирование малой группы, подразделения, организации (учреждения).
27. Анализ профессионально-психологических компетенций и профессиональных достижений руководителей и рядовых работников, психологическое обеспечение повышения профессионализма.
28. Социально-психологическое обучение сотрудников и групп, в том числе применение тренинговых технологий в работе с кадрами
29. Психологические причины аварий и несчастных случаев.
30. Роль психических состояний в возникновении несчастных случаев.

6.3. Критерии оценивания при проведении контрольных мероприятий (текущей, промежуточной аттестации).

Требования к оценке практического (самостоятельного) задания:

Оценка «*отлично*» ставится, если:

- задание выполнено в соответствии с заявленной инструкцией или технологией, полностью и правильно;
 - сделаны глубокие и детальные выводы с опорой на источники, имеются ссылки на авторов;
 - не нарушены сроки выполнения задания.
- Оценка «*хорошо*» ставится, если:
- задание выполнено правильно в соответствии с инструкцией или технологией с учетом 2-3 несущественных ошибок;
 - выводы сформулированы корректно со ссылкой на источники и авторов;
 - сроки выполнения задания не нарушены.
- Оценка «*удовлетворительно*» ставится, если:
- задание выполнено правильно не менее чем на половину или если допущена существенная ошибка;
 - выводы сформулированы поверхностно, некорректно;
 - отсутствуют ссылки на источники; сроки выполнения задания не нарушены;
 - не соблюдены сроки выполнения задания, но соблюдена технология и отсутствуют ошибки.
- Оценка «*неудовлетворительно*» ставится, если:
- при выполнении задания допущены две (и более) существенные ошибки или задание не выполнено вообще;
 - выводы сформулированы с грубыми ошибками или отсутствуют вообще;
 - задание выполнено с нарушением сроков.

Требования к содержанию реферата и критерии его оценивания

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения; одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. В реферате должна быть аргументировано представлена точка зрения слушателя, критическая оценка рассматриваемого материала и проблематики.

Структура реферата: титульный лист; оглавление (содержание, план) работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта); введение; текстовое изложение материала, разбитое на вопросы (главы) и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором; заключение; список использованной литературы (все литературные ссылки выверяются и оформляются согласно правилам библиографического описания); приложения, которые состоят из таблиц, диаграмм, графиков, рисунков, схем (необязательная часть реферата).

Требования к оформлению реферата – объем реферата не менее 8 страниц, количество источников должно быть не менее 10. При оформлении текста на компьютере: межстрочный интервал - полуторный, размер шрифта – 14 TimesNewRoman, поля: слева – 3 см, сверху и снизу – 2 см, справа – 1 см.

Реферат оценивается научным руководителем исходя из установленных показателей и критериев оценки реферата:

<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы;

	<ul style="list-style-type: none"> - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	<ul style="list-style-type: none"> - отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, баллы из таблицы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Требования к оценке ответа на экзамене

В качестве критериев оценок знаний слушателей на экзамене выставляется оценка:

Отлично:

Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.

Хорошо:

Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.

Удовлетворительно:

Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.

Неудовлетворительно:

Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении

предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.