

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии образования и профессионального развития

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.ДВ.02.01 «ТЕХНОЛОГИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КРИЗИСОВ»**

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Профиль программы «Психология труда и организационная психология»

Автор(ы): канд.пед.наук, доцент Лопес Елена Геннадьевна

Проректор по
образовательной
деятельности

Л. К. Габышева

Екатеринбург
2024

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины «Технология преодоления профессиональных кризисов»: изучение методологических и теоретических основ профессиональной кризисологии, формирование способности к оказанию психологической помощи лицам, переживающим профессиональный кризис.

Задачи:

- сформировать понятия психологического здоровья, кризиса и кризисных состояний;
- рассмотреть специфику возникновения и протекания профессиональных кризисов;
- развитие у студентов навыков диагностики и психологической помощи личности, переживающей профессиональный кризис.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Технология преодоления профессиональных кризисов» относится к дисциплинам по выбору учебного плана.

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

1. Диагностика и оценка персонала.
2. Научно-исследовательская (квалификационная) практика.
3. Психология карьеры.
4. Психология обучения и развития персонала.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

- УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;
- ПКС-1 Способен принимать участие в разработке, организации и проведении мероприятий, направленных на профессиональное и карьерное сопровождение персонала организации;
- ПКС-6 Способен проводить профессиональное консультирование персонала и руководства организации.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Знать:

- 31. Теоретические концепции профессиональных кризисов;
- 32. Профессиональную периодизацию разных авторов;
- 33. Содержательные аспекты сопровождения персонала в профессиональной деятельности.

Уметь:

- У1. Отбирать и подбирать содержание материала сопровождения для профессионального и карьерного сопровождения персонала организации;
- У2. Организовать проведение психодиагностического исследования персонала организации;
- У3. Подбирать диагностический инструментарий для исследования персонала, исходя из целей, задач и проблем организации.

Владеть:

- В1. Интерпретационным методом диагностического инструментария;
- В2. Технологией ведения профессионального консультирования;
- В3. Разрабатывать программы профессионального сопровождения персонала организации.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (108 час.), семестр изучения – , распределение по видам работ представлено в табл. № 1.

Таблица 1. Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения
	очная
	Семестр изучения
	сем.
	Кол-во часов
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	108
Контактная работа, в том числе:	82
Лекции	18
Практические занятия	32
Самостоятельная работа студента	26
Промежуточная аттестация, в том числе:	
Зачет	8 сем.

4.2 Содержание и тематическое планирование дисциплины

Таблица 2. Тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	Сем.	Всего, час.	Вид контактной работы, час.			СРС
			Лекции	Практ. занятия	Лаб. работы	
1. Введение в кризисологию и психологию кризисных состояний	8	9	2	4	-	3
2. Возрастные и жизненные кризисы.	8	9	2	4	-	3
3. Теоретические концепции профессиональных кризисов Деятельность. Профессиональная деятельность. Концепции профессиональной периодизации.	8	9	2	4	-	3
4. Психодиагностические исследования персонала организации.	8	9	2	4	-	3
5. Классификация профессий групп риска. Профессиональное самосохранение.	8	10	2	4	-	4
6. Технологии обеспечения психологической безопасности личности в процессе социально-профессионального взаимодействия	8	15	4	6	-	5
7. Технологии сопровождения персонала в профессиональной деятельности.	8	15	4	6	-	5

4.3 Содержание разделов (тем) дисциплин

Раздел 1. Введение в кризисологию и психологию кризисных состояний

Психологическое, психическое здоровье. Проблемное поле психологии кризисных состояний. Понятие кризис, кризисные состояния. Предмет, объект, задачи дисциплины. Методы исследования кризисных состояний. Современные условия возникновения кризисологии. Теории личности и кризисы. Особенности развития кризисологии в России. Проблема сопротивляемости в психологии. Психологические аспекты сопротивляемости человека. Межпредметные связи с другими областями психологии

Раздел 2. Возрастные и жизненные кризисы.

Понятие возрастных периодов, жизненных кризисов личности и подходы к их выделению. Периодизация жизни человека и психическое развитие личности в отечественной и зарубежной психологии (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, З. Фрейд,

Э. Эриксон, Д.Б. Эльконин). Кризисы развития: дошкольное детство, школьный возраст, юность, молодость, зрелость, старость. Фазы возрастных кризисов. Типология кризисов личности. Методы изучения кризисов: метод ретроспективы кризисных событий, психобиографии.

Раздел 3. Теоретические концепции профессиональных кризисов Деятельность. Профессиональная деятельность. Концепции профессиональной периодизации.

Деятельность. Теория Леонтьева А.Н. о деятельности. Профессиональная деятельность. Теории Климов Е.А., Митина Л.М., Маркова А.К. Концепции профессиональной периодизации Климов Е.А., Зеер Э.Ф.

Профессиональное самоопределение и становление личности Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Внутриличностный конфликт, факторы, обуславливающие внутри личностный конфликт (ВЛК) как основа профессиональных кризисов в профессиональном самоопределении. Типология конфликтов профессионального самоопределения личности. Критерии различия понятий «кризис» и «конфликт». Стратегии профессионального развития личности и психологические защиты.

Раздел 4. Психодиагностические исследования персонала организации.

Методика определения нервно-психической устойчивости и риска дезадаптации в стрессе «ПРОГНОЗ». Методика диагностики степени готовности к риску А. М. Шуберта. Методы, определяющие профессиональную пригодность, профессиональное самосохранение. Комплексное профессиональное воздействие на уровень развития и функционирование познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных качеств, акцентуаций с целью гармонизации психического функционирования человека.

Раздел 5. Классификация профессий групп риска. Профессиональное самосохранение.

Факторы регуляции психологического здоровья. Изменения поведения, психологического состояния личности, влияющие на психологическое здоровье В.Р.Бурда, Ф. Ю. Василюк, К. В. Динейка, В. П. Казначеев, В. Котик, В. А. Лищук, В.А.Пономаренко, Ю. В. Шленов, Н.Л. Шлыкова. Психологическая безопасность личности как целостная система психологических процессов; потребностей, ценностей, возможностей субъекта отраженных характеристиками реальной действительности. Функционирование психологической безопасности личности.

Психологическая подготовка специалистов экстремального профиля. Деятельность психолога при работе с кризисными состояниями пострадавших и специалистов, принимавших участие по ликвидации чрезвычайных ситуаций. Психологическая служба деятельности телефона экстренной психологической

помощи. Профессиональная деятельность профессий группы риска.(МЧС, МВД, ФСБ, ГУФСИН, МО, предприятия химической промышленности, авиаперевозки, автомобильный транспорт)

Раздел 6. Технологии обеспечения психологической безопасности личности в процессе социально-профессионального взаимодействия

Технологии формирования моделей безопасного поведения. Экстренная психологическая помощь. Психологическое сопровождение обеспечения безопасности личности: феноменология, механизмы, стратегии. Создание эффективных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном, личностном статусе, профессиональном развитии. Профессиональные риски в различных видах деятельности.

Раздел 7. Технологии сопровождения персонала в профессиональной деятельности.

Психологическая помощь. Технология профессионального консультирования, технология психологического консультирования. Технологии дебрифинга, этапы, цели.

Понятие кризисных ситуаций, виды кризисных ситуаций. Стресс и травматический стресс. Социокультурные и демографические особенности управления стрессом. Исследование и поиск ресурсов в преодолении кризисных ситуаций. Мультиmodalный подход. Концепция стресса Г. Селье, стадии. Стрессогенные ситуации по Г. Стокфельду, стрессогенные условия по П. Фрессу. Понятие травматического стресса. Диагностические критерии посттравматического расстройства (ПТСР). Психологические механизмы возникновения посттравматического стресса. Факторы риска развития посттравматического расстройства. Психическое здоровье и устойчивость к психологической травме. Проблема психологической безопасности личности.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Для изучения дисциплины используются различные образовательные технологии:

1. Традиционные образовательные технологии, которые ориентируются на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту (преимущественно на основе объяснительно-иллюстративных методов обучения). Учебная деятельность студента носит в таких условиях, как правило, репродуктивный характер.

2. Технологии проведения занятий в форме диалогового общения, которые переводят образовательный процесс в плоскость активного взаимодействия обучающегося и педагога. Обучающийся занимает активную позицию и претает

быть просто слушателем семинаров или лекций. Технологии представлены: групповыми дискуссиями, конструктивный совместный поиск решения проблемы, тренинг (микрообучение и др.), ролевые игры (деловые, организационно-деятельностные, инновационные, коммуникативные и др.).

3. Концепция построения образовательного процесса в системе высшего образования предполагает большой объем самостоятельной работы студента, что требует ее системной организации. С этой целью в рамках дисциплины предполагается создание концепции организации самостоятельной работы, которая включает в себя: информационно-методическую поддержку дисциплины, организацию мероприятий по самоконтролю, формирование дистанционной поддержки при помощи информационно-коммуникационных технологий.

Самостоятельная работа студента обеспечивает подготовку студента к текущим аудиторным занятиям и включает в себя: изучение основной и дополнительной литературы, рекомендованную к данной теме; выполнение заданий, работу над отдельными темами учебных дисциплин в соответствии с учебно-тематическим планом, подготовку к различным видам аттестации.

4. При реализации образовательной программы с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения:

- состав видов контактной работы по дисциплине (модулю), при необходимости, может быть откорректирован в направлении снижения доли занятий лекционного типа и соответствующего увеличения доли консультаций (групповых или индивидуальных) или иных видов контактной работы;

- информационной основой проведения учебных занятий, а также организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) являются представленные в электронном виде методические, оценочные и иные материалы, размещенные в электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) университета, в электронных библиотечных системах и открытых Интернет-ресурсах;

- взаимодействие обучающихся и педагогических работников осуществляется с применением ЭИОС университета и других информационно-коммуникационных технологий (видеоконференцсвязь, облачные технологии и сервисы, др.);

- соотношение контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю) может быть изменено в сторону увеличения последней, в том числе самостоятельного изучения теоретического материала.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1 Основная литература

1. Филь, Т. А. Методология и методы психологических исследований : учебное пособие / Т. А. Филь. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-1173-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/108235.html>

2. Смирнова, А. А. Методы психологической оценки деятельности персонала и профессиональной детальности : учебное пособие / А. А. Смирнова. — Сочи : Сочинский государственный университет, 2020. — 40 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/106576.html>

3. Психология состояний : учебное пособие / А. О. Прохоров, М. Е. Валиуллина, Г. Ш. Габдреева [и др.] ; под редакцией А. О. Прохорова. — 2-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 624 с. — ISBN 978-5-89353-337-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88340.html>

4. Садовникова, Н. О. Психологические механизмы переживания профессионального кризиса личности : монография / Н. О. Садовникова, Т. Б. Сергеева. - Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2018. - 105 с. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/978-5-8050-0649-5>.

6.2 Дополнительная литература

1. Психология труда : учеб. пособие для вузов [Гриф УМО по ППО] / А. М. Павлова ; ред. Э. Ф. Зеер ; Рос. гос. проф.-пед. ун-т. - Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2008. - 155 с. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/1285>

2. Васильева, И. В. Организационно-психологическая диагностика : учебное пособие / И. В. Васильева. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2019. — 136 с. — ISBN 978-5-9765-1712-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/119321>

3. Мактамкулова, Г. А. Психология профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : курс лекций / Г. А. Мактамкулова, И. П. Бунькова ; Липец. гос. техн. ун-т. - Электрон. текстовые дан. - Липецк : Издательство ЛГТУ, 2018. - 65 с.

4. Мандель Б. Р. Организационная психология. Модульный курс : учеб. пособие для обучающихся в гуманитарных вузах / Мандель Б. Р. — Москва : Флинта, 2020. — 371 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/152404>.

6.3 Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Интернет-ресурсы:

1. www.psynavigator.ru?. Режим доступа:
2. www.univertv.ru/video/psihologiya. Режим доступа:
3. www.childpsy.ru/. Режим доступа:
4. http://flogiston.ru/library/vygotsky_krizes. Режим доступа:
5. <http://www.psy-files.ru>. Режим доступа:

Программное обеспечение:

1. Табличный процессор Excel.
2. Программный комплекс для психологических исследований Лонгитюд +.
3. Электронно-библиотечная система Лань.

Информационные системы и платформы:

1. Система дистанционного обучения «Moodle».
2. Информационная система «Таймлайн».
3. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Перечень материально-технического обеспечения для реализации образовательного процесса по дисциплине:

1. Лекционная аудитория.
2. Аудитории для проведения практических занятий.
3. Помещения для самостоятельной работы.