

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ВОРОНЕЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по образовательной
деятельности

Е.В. Суханова
«20» 06 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Профилактика профессиональной деформации личности»

Направление подготовки:
44.03.02. - «Психолого-педагогическое образование»

Направленность (профиль):
«Психология и педагогика дошкольного возраста»

Квалификация выпускника:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная, заочная

Год набора: 2025

Разработчик рабочей программы:
«Кафедра теории и методики физической культуры, педагогики и психологии»

Воронеж 2024

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО
на заседании кафедры (наименование)
протокол № 14
от «14» 06 2024 г.

И.о. заведующего кафедрой
И.В. Рубцова
Руководитель ОПОП ВО
Н.Ю. Зыкова

СОГЛАСОВАНО
на заседании учебно-методического совета
протокол № 5
от «20» 06 2024 г.

Начальник учебного отдела
В.Б. Маркина
Заведующая библиотекой
А.В. Утицких

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Профилактика профессиональной деформации личности» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (приказ № 122 Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.02.2018г. зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 15.03.2018 г.) и с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонением в состоянии здоровья.

Авторы:

Зыкова Н.Ю., – к.псх.н., доцент кафедры «Теории и методики физической культуры, педагогики и психологии»

Рецензенты:

Куликова Т.А., доцент кафедры «ГДРиИЯ» ФГБОУ ВО «ВГАС», к.п.н., доцент

ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ (МОДУЛЯ)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	5
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	6
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
4. Содержание дисциплины	7
5. Фонд оценочных средств	11
6. Перечень основной и дополнительной литературы	22
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	22
8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).	23
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	23

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций: **УК-2; УК-6; ПК-1; ПК-2**

Универсальные компетенции:

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

Профессиональные компетенции

ПК-2 Способен осуществлять оценку и мониторинг уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности

ПК-1 Способен осуществлять коррекционно-развивающую работу со всеми субъектами образовательной деятельности

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Код формируемой компетенции
Знания:	
- принципы и методы планирования; - принципы определения путей решения задач с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2
- основные приемы и закономерности управления временем, организации собственной деятельности в соответствии с траекторией саморазвития, принципы образования	УК-6
- закономерности и принципы осуществления коррекционно-развивающей работы в образовательной сфере; -методы, технологии и приемы осуществления коррекционно-развивающей работы в образовательной сфере - критерии эффективности коррекционно-развивающей работы в образовательной сфере	ПК-1
- принципы и способы оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности	ПК-2
Умения:	
- осуществлять оценку ресурсов и ограничений; - планировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленных целей; - определять ожидаемые результаты решения задач, осуществлять прогнозирование действий	УК-2
Управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6
- разрабатывать программы коррекционно-развивающей работы; - выбирать и реализовывать различные формы, технологии и приемы коррекционно-развивающей работы; - определять эффективность и оценивать результат коррекционно-развивающей работы; - организовывать сотрудничество и командную работы специалистов в ходе осуществления коррекционно-развивающей работы	ПК-1

- разрабатывать программы оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности; - определять критерии и показатели оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности	ПК-2
Навык и/или опыт деятельности:	
- определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;	УК-2
- таймменеджмента и самоорганизации, целеполагания и планирования траектории профессионально-личностного развития, коучинга.	УК-6
осуществления коррекционно-развивающей работы со всеми субъектами образовательной деятельности	ПК-1
- осуществления оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности	ПК-2

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина (модуль) «Профилактика профессиональной деформации личности» относится к обязательной части Блока 1, к части, формируемой участниками образовательных отношений «Б1.В.ДВ.05.02». В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе, в 8 семестре по очной и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Дневное обучение	Заочное обучение
		Семестры	Семестры
		8	5
Контактная работа преподавателя с обучающимися:		30	10
В том числе:			
Лекции (Л)		10	4
Лабораторные занятия (ЛЗ)		6	-
Практические занятия (ПЗ)		14	6
Вид промежуточной аттестации		зачет	зачет
Самостоятельная работа студента (СРС)		38	89
Контроль (К)		4	9
Всего часов (семестр)		72	108
Зачетные единицы (семестр)		2	3
Общая трудоемкость дисциплины:	Всего часов:	72	108
	Всего зачетных единиц:	2	3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.1. Перечень разделов (тем), распределение учебной нагрузки по видам занятий (очное обучение)

№ п/п	Разделы (темы)	Л	ЛЗ	ПЗ	СРС	Конт-роль
(8 семестр)						
1	Психолого-педагогическая деятельность как фактор профессиональной деформации личности	2		2	6	4
2	Профессиональная деформация личности: сущность и характеристика	2		2	8	
3	Динамика развития профессиональной деформации личности	2	2	2	8	
4	Методы оптимизации уровня профессиональной деформации личности	2	2	4	8	
5	Профилактика профессиональной деформации личности	2	2	4	8	
Всего часов по видам занятий		10	6	14	38	4
ИТОГО часов		72				

4.2. Наименование разделов (тем) и их краткое содержание

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Содержание раздела	Форма текущего контроля успеваемости
1.	Психолого-педагогическая деятельность как фактор профессиональной деформации личности	Специфика психолого-педагогической деятельности. Стрессогенность психолого-педагогической деятельности. Теоретико-методологические основы исследования взаимодействия личности и профессии. Обоснованность интереса к проблеме профессионального стресса и профессиональной деформации личности в психолого-педагогической сфере. Формирование профессиональной компетентности как основа профилактики проявлений профессионального стресса и профессиональной деформации личности: психологическая характеристика этапов становления и развития специалиста; структурная модель профессиональной компетентности; психологическая модель специалиста.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 3. Реферат. 4. Тестирование.
2.	Профессиональная деформация личности: сущность и характеристика	Профессиональные деструкции как постепенно накопившиеся изменения сложившейся структуры деятельности и личности, негативно сказывающиеся на продуктивности труда	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 3. Реферат.

		<p>взаимодействии с другими участниками этого процесса, а также на развитии самой личности.</p> <p>Профессиональные деформации как специфическая форма проявления деформации в работе специалиста. Специфика влияния профессиональных деформаций на целостность личности (снижение ее адаптивности, устойчивости) и продуктивность ее деятельности. Анализ основных тенденций развития профессиональных деформации (Маркова А.К.).</p> <p>Основные группы факторов, детерминирующих профессиональные деструкции: объективные, субъективные, объективно-субъективные.</p> <p>Конкретные психологические детерминанты профессиональных деформации: эмоциональная напряженность, индивидуальный «предел» развития работника, акцентуации характера, разные формы психологических защит, образование стереотипов профессионального поведения и др.</p> <p>Характеристики основных уровней профессиональных деформаций: общепрофессиональных деформации, специальных профессиональных деформации, профессионально-типологических деформации, индивидуальные деформации. Обзор и анализ конкретных деформации и их проявлений в психолого-педагогической практике. Обусловленность профессиональных деформаций в сфере психолого-педагогической практики конкретными условиями ее осуществления: внешние и внутренние аспекты.</p> <p>Анализ положительной и отрицательной деформации личности в результате профессиональной деятельности.</p>	4.Тестирование.
3.	Динамика развития профессиональной деформации личности	<p>Противоречия и кризисы профессионального развития личности. Нормальное профессиональное развитие и</p>	<p>1. Опрос.</p> <p>2. Наличие конспектов, записей.</p>

		<p>признаки деформации. Психологические факторы, детерминирующие возникновение профессиональных деформаций.</p> <p>Профессиональные деструкции личности как крайние формы выражения профессиональных деформаций. Виды и уровни профессиональных деструкций.</p> <p>Этапы развития профессиональной деформации</p>	<p>3. Реферат.</p> <p>4. Тестирование</p>
4.	Методы оптимизации уровня профессионального стресса	<p>Общеоздоравливающие методы снятия стресса. Традиционные методы нейтрализации стресса. Новые информационные методы нейтрализации стресса. Тактика борьбы со стрессом в зависимости от времени его наступления.</p> <p>Способы саморегуляции психологического состояния во время стресса: аутогенная тренировка; дыхательные техники; мышечная релаксация; работа с собственными мыслями и убеждениями (ауторациональная терапия); диссоциация; визуализация; условно-рефлекторные техники; прагматизация стресса; религия как способ борьбы со стрессами.</p> <p>Нейтрализация стресса при помощи психотерапии. Рациональная психотерапия, нейролингвистическое программирование, гипноз. Совершенствование коммуникативных навыков. Формирование уверенного поведения. Обучение навыкам эффективного целеполагания. Освоение приемов тайм-менеджмента.</p>	<p>1. Опрос.</p> <p>2. Наличие конспектов, записей.</p> <p>3. Реферат.</p> <p>4. Тестирование</p>
5	Профилактика профессиональной деформации личности	<p>Понятие процесса преодоления профессиональных деформаций специалиста. Способы выхода из кризисных ситуаций в профессиональной деятельности, развитие стратегии преодолевающего поведения в трудных и конфликтных ситуациях взаимодействия. Выбор методов и технологий, обеспечивающих развитие профессионально здоровой и устойчивой личности, подготовленной к работе с проблемными клиентами, решению их трудных жизненных</p>	<p>1. Опрос.</p> <p>2. Наличие конспектов, записей.</p> <p>3. Реферат.</p> <p>4. Тестирование</p>

		<p>ситуаций и поддержке по различным аспектам.</p> <p>Обзор приемов и техник преодоления деформации в профессиональной практике в сфере образования. Рефлексия профессиональной биографии и разработка альтернативных сценариев дальнейшего личностного и профессионального развития в сфере психолого-педагогической практики. Тренинги преодоления профессиональных деформаций в психолого-педагогической деятельности: виды, содержание, специфика ориентации на различные виды и проявления профессиональных деформации специалиста.</p> <p>Проблема формирования компетентности (социально-психологической, социокультурной, коммуникативной, аутокомпетентности) специалиста в психолого-педагогической деятельности в целях преодоления профессиональных деформации.</p> <p>Технологии содействия профессиональному саморазвитию специалиста как источник преодоления профессиональной стагнации.</p> <p>Профилактика синдрома эмоционального выгорания</p>	
--	--	--	--

4.3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающегося

Для успешного освоения дисциплины и формирования компетенций обучающемуся необходимо систематически в полном объеме выполнять все задания самостоятельной работы.

В организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине выделяются два вида – аудиторная (под руководством преподавателя) и внеаудиторная.

Основными видами самостоятельной внеаудиторной работы по дисциплине являются: усвоение содержания рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (ЭБС, электронные учебники и т.д.), конспектирование учебной литературы, подготовку сообщений, докладов, подбор литературы (в том числе с использованием Интернет-ресурсов) по индивидуальному заданию, написание рефератов, выполнение микроисследований, закрепление теоретического материала путем выполнения практических, проблемно-ориентированных, творческих заданий, подготовка презентации по теме занятия и т.д.

При подготовке к выполнению самостоятельной работы обучающемуся необходимо:

- тщательно изучить теоретический и методический материал, изложенный в учебнике, учебном пособии и/или научных статьях;
- особое внимание уделить основным определениям и фактам по теме занятия;
- проектировать ситуации по профилю и находить творческие решения и подходы.

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1. Компетенции в соотношении с трудовыми функциями профессиональных стандартов и индикаторы их достижения

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения
УК-2	<p>01.001 Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»</p> <p>01.002 Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»</p> <p>01.003 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p> <p>05.005 Профессиональный стандарт «Инструктор-методист»</p>	<p>Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и методы планирования; - принципы определения путей решения задач с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений, <p>Умеет</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять оценку ресурсов и ограничений; - планировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленных целей; - определять ожидаемые результаты решения задач, осуществлять прогнозирование действий. <p>Владеет навыками</p> <ul style="list-style-type: none"> - определения круга задач в рамках поставленной цели и выбора оптимальных способов их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-6	<p>01.001 Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»</p> <p>01.002 Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»</p> <p>01.003 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p>	<p>Знает</p> <p>основные приемы и закономерности управления временем, организации собственной деятельности в соответствии с траекторией саморазвития, принципы образования</p> <p>Умеет</p> <p>управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>Владеет</p> <p>навыками таймменеджмента и самоорганизации, целеполагания и планирования траектории профессионально-личностного развития, коучинга</p>

	взрослых» 05.005 Профессиональный стандарт «Инструктор-методист»	
ПК-1	<p>01.001 - Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель).</p> <p>01.002 Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»</p> <p>01.003 - Педагог дополнительного образования детей и взрослых.</p> <p>05.005 - Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закономерности и принципы осуществления коррекционно-развивающей работы в образовательной сфере; - методы, технологии и приемы осуществления коррекционно-развивающей работы в образовательной сфере - критерии эффективности коррекционно-развивающей работы в образовательной сфере <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать программы коррекционно-развивающей работы; - выбирать и реализовывать различные формы, технологии и приемы коррекционно-развивающей работы; - определять эффективность и оценивать результат коррекционно-развивающей работы; - организовывать сотрудничество и командную работы специалистов в ходе осуществления коррекционно-развивающей работы <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществления коррекционно-развивающей работы со всеми субъектами образовательной деятельности
ПК-2	<p>01.001 – Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель).</p> <p>01.002 Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»</p> <p>01.003 – Педагог дополнительного образования детей и взрослых.</p> <p>05.005 – Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и способы оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать программы оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности; - определять критерии и показатели оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществления оценки и мониторинга уровня развития и особенностей всех субъектов образовательной деятельности

5.2. Типовые задания для текущего контроля

Примерные темы устных, письменных опросов

- 1 Понятие «синдром эмоционального выгорания».
- 2 Квалифицированность в практической работе психолога и педагога.
- 3 Изучение психологических основ профессиональной диагностики.
4. Изучение психологических основ профессиональной коррекции.
5. Изучение психологических основ профессиональной профилактики.
6. Изучение проблем профессиональной адаптации личности.
7. Изучение типологии и психологических особенностей проявления кризисов в профессиональном становлении личности.
8. Изучение факторов, детерминирующих кризисы профессионального развития.
9. Изучение структуры и уровней профессиональных деструкций личности.
10. Исследование социально-психологических аспектов профессиональных деструкций педагога.
11. Изучение методологии и методов диагностики профессиональных деструкций.
12. Этапы и компоненты синдрома профессионального выгорания.
13. Проблема управления стрессом.
14. Взаимосвязь диагностической и профилактической направленности работы как основа современных технологий стресс-менеджмента
15. Профессиональное самосознание и его развитие.
16. Кризисы профессионального становления.
17. Профессиональные деструкции: источники и следствия для человека и организации.
18. Причины деструктивного поведения личности в образовательной организации.
19. Формы деструктивного поведения личности в образовательной организации.
20. Понятие и характеристики профессионального здоровья личности.
21. Отставание, замедление профессионального развития.
22. Проблемы несформированности профессиональной деятельности.
23. Дезинтеграция профессионального развития личности в сфере психологии и педагогики.
24. Здоровый образ жизни и его влияние на профессиональное развитие специалиста.
25. Эмоциональное выгорание как показатель профессиональной деформации специалиста.

Критерии оценки:

«5» баллов - выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

«4» балла – выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

«3» балла - выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

«2» балла - выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал.

Примерные тестовые задания

1. Перегрузка в интеллектуальной сфере является причиной стресса
 - а) эмоционального
 - б) когнитивного
 - в) коммуникативного
2. Положительную мотивирующую активность вызывает
 - а) дистресс
 - б) эустресс
 - в) аутостресс
3. Психическое напряжение, связанное с преодолением несовершенства организационных условий труда, называется
 - а) профессиональный стресс
 - б) организационный стресс
 - в) информационный стресс
4. Сильное неблагоприятное, отрицательно влияющее на организм воздействие называется...
 - а) стресс-фактор
 - б) синдром стресса
 - в) источник стресса
5. Набор симптомов, указывающих на умственное и физическое истощение человека, причиной которого является хроническое переутомление, называется...
 - а) синдром сниженной работоспособности
 - б) тайм-синдром
 - в) симптом эмоционального выгорания
6. В социальных профессиях реже подвержены выгоранию те специалисты, которые имеют
 - а) обширные профессиональные знания
 - б) внутреннюю мотивацию деятельности
 - в) высокую потребность в общении
7. Изменение собственного состояния и установок в отношении стрессовой ситуации представляет собой:
 - а) проблемно-ориентированное преодоление
 - б) личностно-ориентированное преодоление
 - в) социально-ориентированное преодоление
8. Тормозное состояние в коре головного мозга, биологически необходимое для предотвращения истощения организма — это начальные признаки:
 - а) утомления
 - б) возбуждения
 - в) напряжения
9. Склонность индивида к переживанию тревоги — это:
 - а) тревожность
 - б) испуг
 - в) депрессия
10. К какой форме проявления стресса относится головная боль?

- а) поведенческой;
- б) эмоциональной;
- в) физиологической

11. Профессиональные факторы, влияющие на эффективность профессиональной деятельности педагога включают следующие группы:

- а) санитарно-гигиенические, личностные, психологические;
- б) санитарно-гигиенические, физиологические, психологические;
- в) личностные, физиологические, психологические;
- г) санитарно-гигиенические, личностные, физиологические.

12. Способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности педагога и психолога во всех условиях протекания профессиональной деятельности — это здоровье ...

- а) профессиональное;
- б) психоэмоциональное;
- в) психологическое;
- г) психосоциальное.

13. Назидательность, завышенная самооценка, излишняя самоуверенность, догматичность взглядов, отсутствие гибкости — это признаки деформированности личности педагога/ психолога на уровне:

- а) общем;
- б) типологическом;
- в) специфическом;
- г) индивидуальном.

14. Нежелание педагога / психолога совершенствования навыков работы с информацией и повышения своей информационной компетентности — это признаки:

- а) профессионального догматизма;
- б) дидактичности;
- в) консерватизма;
- г) информационной пассивности.

15. Вследствие частого повтора одних и тех же ситуаций, типовых профессиональных задач возникает:

- а) информационная пассивность;
- б) дидактичность;
- в) консерватизм;
- г) догматизм.

16. Эмоциональная сухость, игнорирование индивидуальных особенностей клиентов — это проявления:

- а) информационной пассивности;
- б) профессиональной индифферентности;
- в) ролевого экспансионизма;
- г) догматизма.

17. Разрушение личности это...

а) характеристика специалиста, который под воздействием негативных факторов профессиональной деятельности оказывается в состоянии, негативно отражающемся на его отношении и качестве и качестве профессиональной деятельности

б) устойчивые психические состояния

в) комплекс психических нарушений, существенно влияющих на жизнедеятельность специалиста;

г) деформация личности, происходящая под длительным воздействием негативных факторов профессиональной деятельности и приводящая к негативному состоянию специалиста на рабочем месте, быстрой усталости, низкой продуктивности труда.

18. "Профессиональная усталость" - это:

а) комплекс психических нарушений, существенно влияющих на жизнедеятельность

б) деформация личности, обусловленная взаимодействием внутренних качеств и поведения человека, приводящая к качественным личностно-поведенческим изменениям

в) характеристика специалиста, который под воздействием негативных факторов профессиональной деятельности оказывается в состоянии, негативно отражающемся на его отношении и качестве и качестве профессиональной деятельности

г) деформация личности, происходящая под длительным воздействием негативных факторов профессиональной деятельности и приводящая к негативному состоянию специалиста на рабочем месте, быстрой усталости, низкой продуктивности труда.

19. Состояние субъекта деятельности, определяющее уровень его эффективности в данный момент времени характеризует:

а) общая работоспособность

б) актуальная работоспособность

в) потенциальная работоспособность

20. Определение «Профессиональные деструкции» принадлежит....

а) Марковой А.К.

б) Зеер Э.Ф.

в) Мерлину В.С.

Критерии оценки:

«5» баллов – 18-20 правильных ответов

«4» балла – 15-17 правильных ответов

«3» балла – 12-14 правильных ответов

«2» балла – 11 и меньше правильных ответов

Примерные темы рефератов

1. Профессиональный стресс в управленческой деятельности

2. Преодоление стресса как ресурс развития профессионала

3. Управление стрессом в профессиональной деятельности

4. Современные технологии стресс-менеджмента в профессиональной деятельности

5. Личностные деформации стрессового типа

6. Гендерные различия в формировании проявлений профессионального стресса.

7. Особенности выбора стратегий совладающего поведения в трудных профессиональных ситуациях

8. Психологические технологии управления стрессом в организации

9. Влияние профессиональной мотивации на особенности формирования стрессовых состояний

10. Синдром профессионального выгорания как дезадаптационный феномен.
11. Особенности профессиональной идентичности специалистов и ее становления (на примере конкретных профессиональных групп).
12. Взаимосвязь личностных характеристик профессионалов с удовлетворенностью трудом.
13. Профессионально-личностные деформации представителей социэкономических специальностей.
14. Тренинг и коучинг как способы стимулирования профессионального развития и карьерного роста.
15. Карьерное консультирование: принципы и технологии.
16. Психологическая саморегуляция состояния в напряженных условиях профессиональной деятельности.
17. Методы психологической саморегуляции как средства оптимизации неблагоприятных состояний в трудовой деятельности.
18. Психологические проблемы восстановления работоспособности в условиях повышенных нагрузок.
19. Психологические проблемы самостоятельного планирования и организации отдыха современного профессионала.
20. Мотивационно-ценностные установки сотрудников и привлекательность организационной культуры.
21. Стресс, качество жизни и психическое здоровье профессионала.
22. Организационный стресс и психологические факторы его развития.
23. Развитие устойчивых профессионально-личностных деформаций как следствие длительного переживания профессионального стресса.
24. Разработка и применение комплексных психологических технологий управления стрессом – от диагностики к превенции.

Критерии оценки:

«5» баллов – выставляется студенту, который отражает теоретические положения и методические аспекты, вырабатывает необходимые приемы анализа и обобщения теоретических положений и информационных источников, тема раскрыта полностью, конспект хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, используется 5-10 источников информации, имеются ссылки на авторов.

«4» балла – выставляется студенту, который достаточно высоко осветил научно-теоретическую проблему, тема раскрыта полностью, конспект хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, но мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«3» балла - выставляется студенту за недостаточную точность и ясность языка, логическую последовательность и аргументированность, в целом вопрос раскрывается, но отсутствует четкая структура конспекта, оформление небрежное, мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«2» балла - выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения, тема раскрыта частично, нет четкой структуры реферата, оформление небрежное, используется 3-5 источников информации, ссылок в тексте работы нет;

Требования к написанию реферата:

Структура реферата содержит следующие разделы:

Титульный лист должен быть оформлен в соответствии с правилами.

В оглавлении (содержании) последовательно перечисляются заголовки глав (разделов), параграфов (подразделов) глав, указываются номера страниц, на которых они помещены.

Введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 страницы);

Основная часть состоит из введения, двух (более) глав, подразделов (параграфов), раскрывающих содержание темы. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с источниками литературы (10-15 страниц);

Заключение (выводы) - обобщение основных вопросов и аргументирование выводов по теме реферата (1-2 страницы).

В список литературы включают все использованные источники книг, статей, методических пособий и пр. в алфавитном порядке, и строиться на основе анализа 5-10 источников. В тексте обязательны ссылки на изучение работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы.

Требования к оформлению реферата.

Реферат выполняется в печатном виде на листах формата А4, Word, Times New Roman, 14 шрифт, 1,5 интервал. Объем работы должен быть не менее 15-20 страниц, список литературы – не менее 10 источников. Студентам рекомендуется подготовить речь (продолжительностью не менее 4-7 минут), касающуюся вопросов, затронутых в работе, с тем, чтобы защитить выполненную работу на должном уровне.

Методические указания по написанию реферата

Реферат выполняется на основе теоретического анализа и обобщения данных научно-методической литературы. Написание реферата начинается с определения темы, которая выбирается студентом самостоятельно из предлагаемого перечня с учетом собственных интересов, и обязательно согласовывается с преподавателем.

После выбора темы необходимо подобрать источники литературы и ознакомиться с их содержанием. При подборе литературы следует пользоваться систематическим каталогом библиотеки, читального зала, методического кабинета, консультаций профессорско-преподавательского состава кафедры.

Литература по теме должна быть законспектирована и выписана на отдельные карточки. Это ускорит в дальнейшем составление списка литературы, плана контрольной работы. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение обоих способов, что является наиболее целесообразным. После ознакомления с литературой разрабатывается структура (содержание) реферата.

Реферат строится на основе анализа 5-10 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с планом, в котором раскрываются вопросы темы. В тексте обязательны ссылки на изученные работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы.

Если в тексте реферата есть рисунки, графики, таблицы, заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов.

В конце реферата помещается список литературы, он нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания в следующей последовательности: фамилия автора (или группы авторов), его инициалы, название публикации (статьи, книги, методического пособия и т.д.), место издательства и год издания. Ссылки на журнальные статьи даются с полным их названием. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, годом издания упомянутого источника.

5.3 Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации (Зачет)

1. Специфика психолого-педагогической деятельности. Стрессогенность психолого-педагогической деятельности.

2. Теоретико-методологические основы исследования взаимодействия личности и профессии.
3. Обоснованность интереса к проблеме профессионального стресса и профессиональной деформации личности в психолого-педагогической сфере.
4. Формирование профессиональной компетентности как основа профилактики проявлений профессионального стресса и профессиональной деформации личности: психологическая характеристика этапов становления и развития специалиста; структурная модель профессиональной компетентности; психологическая модель специалиста.
5. Профессиональные деструкции как постепенно накопившиеся изменения сложившейся структуры деятельности и личности, негативно сказывающиеся на продуктивности труда взаимодействии с другими участниками этого процесса, а также на развитии самой личности.
6. Профессиональные деформации как специфическая форма проявления деформации в работе специалиста.
7. Специфика влияния профессиональных деформаций на целостность личности (снижение ее адаптивности, устойчивости) и продуктивность ее деятельности.
8. Анализ основных тенденций развития профессиональных деформации (Маркова А.К.).
9. Основные группы факторов, детерминирующих профессиональные деструкции: объективные, субъективные, объективно-субъективные.
10. Конкретные психологические детерминанты профессиональных деформации: эмоциональная напряженность, индивидуальный «предел» развития работника, акцентуации характера, разные формы психологических защит, образование стереотипов профессионального поведения и др.
11. Характеристики основных уровней профессиональных деформаций: общепрофессиональных деформации, специальных профессиональных деформации, профессионально-типологических деформации, индивидуальные деформации.
12. Обзор и анализ конкретных деформации и их проявлений в психолого-педагогической практике.
13. Обусловленность профессиональных деформаций в сфере психолого-педагогической практики конкретными условиями ее осуществления: внешние и внутренние аспекты.
14. Анализ положительной и отрицательной деформации личности в результате профессиональной деятельности.
15. Противоречия и кризисы профессионального развития личности.
16. Нормальное профессиональное развитие и признаки деформации.
17. Психологические факторы, детерминирующие возникновение профессиональных деформаций.
18. Профессиональные деструкции личности как крайние формы выражения профессиональных деформаций. Виды и уровни профессиональных деструкций.
19. Этапы развития профессиональной деформации
20. Общеоздоравливающие методы снятия стресса.
21. Традиционные методы нейтрализации стресса. Новые информационные методы нейтрализации стресса. Тактика борьбы со стрессом в зависимости от времени его наступления.
22. Способы саморегуляции психологического состояния во время стресса: аутогенная тренировка; дыхательные техники; мышечная релаксация; работа с собственными мыслями и убеждениями (ауторациональная терапия); диссоциация; визуализация; условно-рефлекторные техники; прагматизация стресса; религия как способ борьбы со стрессами.
23. Нейтрализация стресса при помощи психотерапии.

24. Рациональная психотерапия, нейролингвистическое программирование, гипноз. Совершенствование коммуникативных навыков. Формирование уверенного поведения. Обучение навыкам эффективного целеполагания. Освоение приемов тайм-менеджмента.

25. Понятие процесса преодоления профессиональных деформаций специалиста.

26. Способы выхода из кризисных ситуаций в профессиональной деятельности, развитие стратегии преодолевающего поведения в трудных и конфликтных ситуациях взаимодействия.

27. Выбор методов и технологий, обеспечивающих развитие профессионально здоровой и устойчивой личности, подготовленной к работе с проблемными клиентами, решению их трудных жизненных ситуаций и поддержке по различным аспектам.

28. Обзор приемов и техник преодоления деформации в профессиональной практике в сфере образования.

29. Рефлексия профессиональной биографии и разработка альтернативных сценариев дальнейшего личностного и профессионального развития в сфере психолого-педагогической практики.

30. Тренинги преодоления профессиональных деформаций в психолого-педагогической деятельности: виды, содержание, специфика ориентации на различные виды и проявления профессиональных деформации специалиста.

31. Проблема формирования компетентности (социально-психологической, социокультурной, коммуникативной, аутокомпетентности) специалиста в психолого-педагогической деятельности в целях преодоления профессиональных деформаций.

32. Технологии содействия профессиональному саморазвитию специалиста как источник преодоления профессиональной стагнации.

33. Профилактика синдрома эмоционального выгорания.

34. Развитие пограничных невротических состояний как следствие интенсивного переживания стресса.

35. Посттравматический стресс.

36. Проблема управления стрессом.

37. Взаимосвязь диагностической и профилактической направленности работы как основа современных технологий стрессменеджмента.

38. Психопрофилактика и коррекция стресса. Объектная и субъектная парадигмы.

39. Общая классификация методов борьбы со стрессом.

40. Опосредующие методы профилактики и коррекции стресса (объектная парадигма). Примеры используемых средств.

41. Непосредственные методы воздействия на состояние человека. «Пассивный» и активный субъект психопрофилактики. Примеры средств «внешнего» воздействия на состояние человека.

42. Психологическая саморегуляция состояний. Основные классы методов и техник.

43. Программы обучения навыкам саморегуляции и управления стрессом.

44. Организационные формы использования методов профилактики и управления стрессом в прикладных условиях.

45. Стрессменеджмент

Критерии оценивания обучающегося на экзамене

зачтено/ не зачтено	Оценка	Критерии
зач те но	«отлично»	Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный,

		развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.
	«хорошо»	Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.
	«удовлетворительно»	Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.
Не зачтено	«неудовлетворительно»	Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Итоговая оценка по дисциплине «Профилактика профессиональной деформации личности» формируется на основе: посещения занятий; активного участия на практических занятиях; правильного оформления и защиты реферата; выполнения заданий по СР; набранных баллов по тестовым заданиям

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Основная литература:

1. Кузнецова, Е.В. Психология стресса и эмоционального выгорания : учебное пособие для студентов факультета психологии / Е.В. Кузнецова, В.Г. Петровская, С.А. Рязанцева. – Куйбышев, 2012 – 96 с.
2. Современные тенденции развития психологии труда и организационной психологии / Институт психологии, Российская академия наук ; отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев и др. - М. : Институт психологии РАН, 2015 - 712 с.
3. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. - М. : Институт психологии РАН, 2011 - 512 с..
4. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2012 – 256 с.

Дополнительная литература:

1. Апчел, В.Я. Стресс и стрессоустойчивость человека / В.Я. Апчел, В.Н. Цыган. – СПб. : Питер, 1999 – 86 с.
2. Баранов, А.А. Стрессоустойчивость и мастерство педагога / А.А. Баранов. – Ижевск, 1997 – 108 с.
3. Бодров, В.А. Информационный стресс : учебное пособие для вузов / В.А. Бодров. – М. : Пер СЭ, 2000 – 352 с.
4. Белашева, И.В. Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях / И.В. Белашева, И.Н. Польшакова. – Ставрополь: СКФУ, 2017 – 104 с.
5. Водопьянова, Н.Е. Стресс-менеджмент : учебник для бакалавриата и магистратуры / Н.Е. Водопьянова. – М. : Юрайт, 2018 – 283 с.
6. Зинченко, Е.В. Психологические аспекты стресса: учебное пособие / Е.В. Зинченко. – Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2017
7. Мони́на, Г.Б. Тренинг «ресурсы стрессоустойчивости» / Г.Б. Мони́на, Н.В. Раннала. – СПб. : Речь, 2009 – 250 с.
8. Овчинников, Б.В. Профессиональный стресс и здоровье / Б.В. Овчинников, А.И. Колчев // Психология профессионального здоровья : учебное пособие / под ред. проф. Г.С. Никифорова. – СПб. : Речь, 2006 – 480 с.
9. Одинцова, М. А. Психология стресса : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н.Л. Захарова. – М. : Юрайт, 2018 – 299 с.
10. Полякова, О.Н. Стресс: причины, последствия, преодоление / О.Н. Полякова ; под ред. А.С. Батуева. – СПб. : Речь, 2008 – 144 с.
11. Психодиагностика стресса : практикум / сост.: Р.В Куприянов, Ю.М. Кузьмина ; М-во образ. и науки РФ, Казан. гос. технол. ун-т. – Казань : КНИТУ, 2012 – 212 с.
21. Рейнуотер, Д. Это в ваших силах. как стать собственным психотерапевтом / Д. Рейнуотер. – М. : Прогресс, 1992 – 240 с.
22. Рудаков, А.Л. Стресс, стрессоустойчивость и саногенная рефлексия в спорте : монография / А.Л. Рудаков. – Красноярск, 2011 – 190 с.
23. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье ; общ. ред. Е.М. Крепса ; предисл. Ю. М. Саарма ; пер. с англ.: А.Н.Лука, И.С. Хорола. – М. : Прогресс, 1982 – 126 с.
24. Семенова, Е. М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога : учебное пособие / Е. М. Семенова. – 3-е изд. – М. : Психотерапия, 2006 – 256 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ».

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

2. Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
3. Интернет-ресурсы (сайт ВГАС) [w.w.w. vgifk.ru](http://w.w.w.vgifk.ru)
4. Справочная правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>
5. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>
6. Научная педагогическая электронная библиотека (НПЭБ) Многофункциональная информационно-поисковая система Российской академии образования <http://elib.gnpbu.ru/>
7. Российский научный фонд (РНФ) <http://rscf.ru/ru>
8. БД ИНИОН РАН http://inion.ru/resources/bazy_dannykh-inion-ran/
9. КиберЛенинка <http://cyberleninka.ru/>
10. Электронная библиотека Государственной публичной исторической библиотеки (ГПИБ) России <http://elib.shpl.ru/ru/nodes/9347-elektronnaya-biblioteka-gpib>
11. Библиотека учебной и научной литературы <http://sbiblio.com/>
12. Научная электронная библиотека (НЭБ) «ELIBRARY.RU» <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
13. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru
14. Научный портал <http://www.teoriya.ru;>

8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ).

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Linux (бесплатное программное обеспечение широкого класса), Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта ВГАС, система дистанционного образования на базе cms Moodle, использование мультимедийного сопровождения практических занятий, раздаточного материала, электронной почты.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитория № 202, 211, 303. 304. 401, 402а 25-120 посадочных мест

Оборудование: доска, телевизор, видеомаягнитофон, DVD – player, экран, цифровая видео-камера, компьютер, мультимедийный проектор, презентации к лекциям.

Использование инвентаря и оборудования на практических занятиях проводится с учётом индивидуальных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Для оптимизации и наиболее эффективного освоения учебного материала, а также в соответствии с Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки РФ 08.04.2014 №АК-44/05 ВН) материально-техническое обеспечение образовательного процесса по данному модулю позволяет осуществлять безбарьерное обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп посредством использования следующих методов и средств:

- для слабослышающих студентов – видеоматериалы и презентации лекционных, семинарско-практических и лабораторных занятий;
- для слабовидящих студентов – звуковое воспроизведение учебного материала, укрупненный текст презентаций лекционных, семинарско-практических и лабораторных занятий; фиксация звукового материала учебного занятия с помощью технических средств (диктофон);

- для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата - используются все выше указанные средства.

Аудитории, в которых проводятся учебные занятия по данному модулю, оснащены видео и аудиотехникой, мультимедийной системой.

Использование в образовательном процессе социально-активных и рефлексивных методов обучения, обеспечение студентов электронными образовательными ресурсами дают возможность эффективного усвоения учебного материала.

Адаптация фонда оценочных средств данного модуля к специфическим особенностям студентов с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп позволяет адекватно оценить достижение ими запланированных в модуле результатов обучения и уровень сформированности профессиональных компетенций.

Лист внесения изменений в рабочую программу дисциплины
(заполняется вручную)

[illegible]