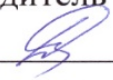


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 25.09.2023 14:21:09  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:  
Руководитель ООП

  
Н.Н. Демиденко

«16» 08 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**Профессиональный стресс и профессиональные деформации  
личности**

Направление подготовки

**37.04.01 Психология**

Направленность (профиль) магистратуры

**Психология труда и управления, организационная психология**

Для студентов 1 курса очной формы обучения

Составитель: *Т.А. Жалагина*

Тверь, 2021

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины**

Цель освоения дисциплины – формирование представлений о механизмах возникновения, развития, диагностики, коррекции профессионального стресса и профессиональных деформаций личности как проявлениях негативного влияния профессиональной деятельности на личность субъекта труда.

Задачами освоения дисциплины являются:

- формирования у магистров-психологов знаний о психологических механизмах формирования профессионального стресса и профессиональных деформаций личности;
- формирование готовности к успешной практико-ориентированной деятельности по изучению психологических проблем труда;
- развитие умения правильно диагностировать и предупреждать риск возникновения профессионального стресса и профессиональных деформаций;
- закрепление навыков по самостоятельному выбору средств психологической коррекции указанных явлений.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Учебная дисциплина «Профессиональный стресс и профессиональные деформации личности» относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений. Освоение данной дисциплины необходимо для освоения следующих дисциплин: «Технологии конструирования измерительных инструментов в организации», «Психологическое сопровождение развития организации», «Обучение и развитие персонала», «Психология профессионального здоровья», «Методы разработки и проведения тренинга профилактики профессионального выгорания» и др. К «входным» знаниям, умениям и навыкам обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины, относятся: знание основ общей психологии, философии, социологии, менеджмента, психологии труда.

**3. Объем дисциплины: 3 зачетных единиц, 108 академических часов, в том числе:**

**контактная аудиторная работа:** лекции 13 часов, практические занятия 26, в т. ч. практическая подготовка 6 часов.

**контактная внеаудиторная работа:** контроль самостоятельной работы 13 часов;

**самостоятельная работа:** 56 часов, в том числе контроль 27 часов.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

<b>Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
ПК-5 Способен осуществлять психологическое консультирование по вопросам поддержания, укрепления и сохранения психического здоровья сотрудников, наиболее эффективного использования личностных и профессиональных качеств в целях повышения эффективности труда	5.1 Проводит психологическую диагностику, оценку и экспертизу развития деловых и личностных качеств работников 5.2 Осуществляет консультирование сотрудников и руководителей по вопросам личного и профессионального развития, развития мотивации и эффективных коммуникаций 5.3 Реализует программы, направленные на поддержание психического здоровья и предупреждение профессиональных рисков, отклонений в социальном и личностном статусе сотрудников
ПК-6 Способен к организации системы психологического сопровождения организации на основе мониторинга уровня ее развития	6.1 Выявляет актуальные проблемы организации, профессионально ориентированные потребности сотрудников, определяет «точки роста» 6.2 Разрабатывает методы организационного развития, в том числе корпоративной культуры, организационного климата, вовлеченности сотрудников 6.3 Реализует программы сопровождения, адаптации, обучения и развития персонала

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения экзамен,**  
2 семестр

**6. Язык преподавания русский.**

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

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)				Самостоятельная работа, в том числе Контроль (час.)	
		Лекции		Практические занятия/			Контроль самостояте льной работы (в том числе курсовая работа)
		всего	в т.ч. практич еская подгото вка	всего	в т.ч. практич еская подгото вка		
1. Предмет, цели и задачи курса «Профессиональный стресс и профессиональная деформация личности».	5	1		2		2	
<b>Взаимодействие личности и профессии</b>							
2. Теоретико-методологические основы исследования взаимодействия личности и профессии	5	1		2		2	
3. Обоснованность интереса к проблеме профессионального стресса и профессиональной деформации личности	5	1		2		2	
4. Формирование профессиональной компетентности как основа профилактики проявлений профессионального стресса и профессиональной деформации личности	5	1		2		2	

<b>Профессиональный стресс и его особенности</b>							
5. Определение понятия «стресс», причины его возникновения.	5	1		2			2
6. Профессиональная деятельность как фактор развития личности. Формирование стрессоустойчивости	5	1		2			2
7. Последствия и профилактика стресса.	7	1		2		2	2
<b>Профессиональная деформация личности: типология, классификации, условия преодоления</b>							
8. Определения и сущность понятия «профессиональная деформация личности»	6	1		2	1	1	2
9. Профессиональная деятельность как фактор развития личности	7	1		2	1	2	2
10. Типология основных видов ПДЛ	7	1		2	1	2	2
<b>Профилактика и коррекция профессиональной деформации личности</b>							
11. Психологические условия преодоления профессиональной деформации личности, методическая база преодоления ПДЛ	8	1		2	1	2	3
12. Психология преодоления ПДЛ в контексте личностного развития	8	1		2	1	2	3
13. Формирование готовности к преодолению ПДЛ, анализ групповой работы по преодолению ПДЛ	8	1		2	1	2	3
Контроль	27						27
<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>13</b>		<b>26</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	<b>56</b>

### III. Образовательные технологии

Учебная программа – наименование разделов и тем (в строгом соответствии с разделом II РПД)	Вид занятия	Образовательные технологии
Предмет, цели и задачи курса «Профессиональный стресс и профессиональная деформация личности».	Лекция	<i>Лекция-визуализация, с элементами беседы Активное слушание</i>
Предмет, цели и задачи курса «Профессиональный стресс и профессиональная деформация личности».	Практическое занятие	
Теоретико-методологические основы исследования взаимодействия личности и профессии	Лекция	<i>Лекция-визуализация Активное слушание</i>
Теоретико-методологические основы исследования взаимодействия личности и профессии	Практическое занятие	<i>Работа в микрогруппах</i>
Обоснованность интереса к проблеме профессионального стресса и профессиональной деформации личности	Лекция	<i>Лекция-визуализация, с элементами беседы Активное слушание</i>
Обоснованность интереса к проблеме профессионального стресса и профессиональной деформации личности	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия</i>
Формирование профессиональной компетентности как основа профилактики проявлений профессионального стресса и профессиональной деформации личности	Лекция	<i>Лекция-визуализация Активное слушание</i>
Формирование профессиональной компетентности как основа профилактики проявлений профессионального стресса и профессиональной деформации личности	Практическое занятие	<i>Метод case-study Электронные презентации</i>
Определение понятия «стресс», причины его возникновения.	Лекция	<i>Лекция-визуализация</i>

Определение понятия «стресс», причины его возникновения.	Практическое занятие	<i>Метод case-study, дебаты, Игровые технологии Электронные презентации Групповая дискуссия</i>
Профессиональная деятельность как фактор развития личности. Формирование стрессоустойчивости	Лекция	<i>Лекция-визуализация Активное слушание</i>
Профессиональная деятельность как фактор развития личности. Формирование стрессоустойчивости	Практическое занятие	<i>Метод case-study Электронные презентации Групповая дискуссия</i>
Последствия и профилактика стресса.	Лекция	<i>Лекция-визуализация Активное слушание</i>
Последствия и профилактика стресса.	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия Метод case-study, дебаты</i>
Определения и сущность понятия «профессиональная деформация личности»	Лекция	<i>Лекция-визуализация Активное слушание</i>
Определения и сущность понятия «профессиональная деформация личности»	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия Метод case-study, дебаты</i>
Профессиональная деятельность как фактор развития личности	Лекция	<i>Лекция-визуализация Активное слушание</i>
Профессиональная деятельность как фактор развития личности	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия Метод case-study, дебаты</i>
Типология основных видов ПДЛ	Лекция	<i>Лекция-визуализация Активное слушание</i>
Типология основных видов ПДЛ	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия Метод case-study, дебаты</i>
Психологические условия преодоления профессиональной деформации	Лекция	<i>Лекция-визуализация, с элементами беседы Активное слушание</i>
Психологические условия преодоления профессиональной деформации	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия Метод case-study, дебаты</i>
Психология преодоления ПДЛ в контексте личностного развития	Лекция	<i>Лекция-визуализация, с элементами беседы Активное слушание</i>
Психология преодоления ПДЛ в контексте личностного развития	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия Метод case-study, дебаты</i>

Формирование готовности к преодолению ПДЛ, анализ групповой работы по преодолению ПДЛ	Лекция	<i>Лекция-визуализация, с элементами беседы Активное слушание</i>
Формирование готовности к преодолению ПДЛ, анализ групповой работы по преодолению ПДЛ	Практическое занятие	<i>Электронные презентации Групповая дискуссия Метод case-study, дебаты</i>

#### **IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации**

### **ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

#### **Практическое занятие 2-3**

Вопросы к обсуждению:

1. Теоретико – методологические основы исследования взаимодействия личности и профессии.
2. Обоснованность интереса к проблеме профессионального стресса и профессиональной деформации личности

**Практическое занятие 4** Формирование профессиональной компетентности как основа профилактики проявлений профессионального стресса и профессиональной деформации личности

Вопросы к обсуждению:

1. психологическая характеристика этапов становления и развития специалиста;
2. структурная модель профессиональной компетентности;
3. психологическая модель специалиста.

**Практическое занятие 5.** Определение понятия «стресс», причины его возникновения.

Вопросы к обсуждению:

1. Определение стресса и стрессового влияния на человека в современном мире
2. Традиционные представления и подходы к феномену стресса: теория физиологического стресса Г.Селье
3. Дихотомические модели анализа стресса.
4. Комплексный подход к анализу проявлений стресса.
5. Субсиндромы проявлений стресса: вегетативный, эмоционально-поведенческий, когнитивный, социально-психологический.



6. Симптомокомплексы проявлений и их связь с успешностью поведенческой адаптации.

7. Понятия физиологического и психологического стресса.

Практическое задание на самостоятельную работу:

1. Практическое задание: овладение диагностическими методиками «Опросник трудового стресса» Ч. Спилбергера и сокращенной шкалой JDS.

2. Практическое задание: знакомство со шкалой SACS («Стили совладающего поведения»).

**Практическое занятие 7. Последствия и профилактика стресса.**

Вопросы к обсуждению:

1. Основные подходы к борьбе со стрессом: «объектная» и «субъектная» парадигмы. Общая классификация методов профилактики и коррекции стресса.

2. «Субъектная парадигма» – пассивный и активный субъект. Примеры методов непосредственного воздействия на состояние человека (фармакотерапия, культура питания, рефлексотерапия, функциональная музыка, суггестивные воздействия).

3. Методы психологической саморегуляции и управление стрессом: базовые техники и вспомогательные средства.

4. Оценка эффективности использования методов профилактики и коррекции стресса при проведении индивидуальных и групповых тренингов управления стрессом.

Практическое задание на самостоятельную работу:

1. Составить таблицу: «Примеры методов устранения причин развития стресса – «объектная парадигма» (режимы труда и отдыха, time-management, формирование условий для «здорового образа жизни» и др.)»

2. Практическое занятие: знакомство с основными приемами техники нервно-мышечной релаксации.

3. Сформировать программу обучения навыкам психологической саморегуляции (групповое задание)

**Практическое занятие 8** Определения и сущность понятия «профессиональная деформация личности», причины возникновения профессиональной деформации личности.

1 Анализ групповой работы по преодолению ПДЛ (на примере психодрамы), основные технологии профилактики и коррекции.

2 Анализ примера стенограммы групповой работы с использованием техники замены ролей.

### **ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ**

1. Определение понятия «стресс».
2. Причины возникновения стресса.
3. Синдром эмоционального выгорания личности.
4. Конфликт как основная причина возникновения стресса.
5. Определение и сущность понятия «Профессиональная деформация личности» (ПДЛ).
6. Причины возникновения ПДЛ.
7. Синдром эмоционального выгорания как одно из самых ярких проявлений ПДЛ.
8. Классификация и типология основных видов ПДЛ.
9. Связь преодоления ПДЛ с системой ценностей и проблема саморазвития личности.
10. Личностный рост профессионала.
11. Саморазвитие личности – основное психологическое условие профилактики и преодоления ПДЛ.
12. Основные принципы и характеристики профессионального саморазвития.

#### **Критерии и шкала оценивания**

Информация в докладе должна быть подобрана и изложена таким образом, что бы студент мог продемонстрировать (а преподаватель оценить) умение анализировать и сопоставлять психологические теории, описывающие влияние на функционирование и развитие психики с реальной ситуацией, возникающей в процессе профессиональной деятельности.

Оценка за доклад складывается из оценки преподавателя и оценки аудитории (групповой оценки). На первом занятии студенты формулируют критерии оценки докладов. После каждого выступления несколько человек на основании этих критериев делают качественную оценку доклада. Далее преподаватель, исходя из собственной оценки и оценки слушателей, ставит итоговую отметку.

#### **Примерные критерии оценивания:**

- содержание (степень соответствия теме, полнота изложения, наличие анализа, использование нескольких источников и т.д.);
- качество изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т.д.);

– наглядность (использование технических средств, материалов сети Интернет)

Выполнение доклада оценивается по системе «зачтено/незачтено». Отметка «незачтено» ставится если:

– выбранная тема раскрыта поверхностно, большая часть предлагаемых элементов плана доклада отсутствует;

– качество изложения низкое;

– наглядные материалы отсутствуют.

## **ТЕСТОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**1. Профессиональная деятельность это**

а. функциональное системное образование, направленное на адаптацию и профессиональное развитие

б. формирование профессиональных стереотипов

в. взаимодействие индивидов, а также индивида и коллектива в процессе производства

г. умение ставить и достигать профессиональными способами профессиональные цели в конкретных условиях деятельности

**2. Как вы понимаете, что такое профессиональная деформация специалиста?**

а. социально запрограммированное, ожидаемое поведение специалиста выполняемого определенную профессиональную роль

б. Процесс и результат влияния профессиональной деятельности (профессии) на человека

в. процесс активного воспроизводства личностью профессионального опыта, определенной системы норм, ценностей и установок профессиональной деятельности и профессиональных отношений.

г. Система личностной адаптации к конкретным условиям профессиональной деятельности

д. Профессиональная деформация специалиста включает в себя передачу социального опыта человечества

**3. Выделите три подхода к пониманию деструкций профессионального развития.**

а. Направленность служебной деятельности специалиста

б. Разновидность социальных и социально-психологических отклонений от нормы.

в. Последствия влияния самой профессии на человека, т.е. изменения личности, происходящие в результате существующей нормы.

г. Изменение личности под воздействием нормы, т.е. активность личности при выборе соответствующей ее существу нормы.

д. Способности эффективно и надежно выполнять сложную деятельность в разнообразных условиях, преодолевая объективные и субъективные трудности

**4. Выделите деструктивные формы трудового поведения**

а. асоциальное поведение

б. семейное поведение

в. эгоцентризм в профессиональной деятельности

г. бытовое общение

д. псевдопрофессионализм

**5. По исследованиям А.И. Арнольдова причины профессиональной деформации**

а. Одновременное принятие личностью многих социальных и культурных ролей

б. Навязывание человеку со стороны общества норм и законов поведения

в. «Опека» обществом человека от рождения до смерти.

г. Соответствие общепризнанным стандартам

**6. Профессиональная адаптация специалиста это**

а. процесс и результат приспособления индивида к требованиям профессии.

б. активный процесс: будь то активное изменение профессиональной среды или активное изменение себя

в. полное и успешное овладение новой профессией

г. это процесс внутренней интеграции (объединения) групп специалистов и интеграция этих же групп в профессиональной среде.

д. инновационные и традиционные характеристики, с помощью которых приводится в действие система «адаптант – адаптирующая среда»

## **ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ**

**Примерные задания для проверки сформированности компетенций:**

Типовые контрольные задания для оценки	Показатели и критерии
--	-----------------------

знаний, умений, навыков (2-3 примера)	оценивания компетенции, шкала оценивания
<p><b>Кейсы</b>  Примеры ситуаций:  <b>Кейс 1. «Работа участников семинара».</b> <i>«Одним из лучших учебных семинаров, которые я посещал, были занятия по индустриальной психологии, которые вел профессор Б.Дж. Смит», - сказал один преподаватель другому. «Каждому участнику семинара давалась определенная гипотетическая проблема, касавшаяся организации рабочего места и его влияния на производительность труда. Мы изучали широкий круг литературы, планировали эксперимент, даже предсказывались вероятные результаты, а затем анализировали и обсуждали полученные данные. Профессор только подбрасывал нам проблемы, а всю работу мы проделывали сами, но это был превосходный обучающий опыт».</i>  <i>Несколько лет спустя те же самые двое коллег повстречались на психологической конференции. «Вы помните, что я говорил вам о профессоре Смите?», - начал первый. «Припоминаю, - ответил второй. – Что-то о том, как умело он вел у вас семинары». «Так вот, этот старый мошенник, - сказал первый возмущенно, - заимствовал наши исследовательские идеи, применил их на практике и опубликовал результаты в последнем номере «Журнала важных индустриальных исследований». Описанный в статье план эксперимента совпадал с планом, представленным на рассмотрение семинарской группой, а во вводной части статьи даже цитировались источники, которые содержались в оригинальной работе».</i> <b>Нарушены ли в данном примере этические нормы? Наблюдаются ли проявления ПДЛ у профессора Смита? Обоснуйте свой ответ.</b></p> <p><b>Кейс 2. «Стрессовое интервью».</b> <i>Девушка проходила отбор для работы бортпроводницей. В одной из авиакомпаний претенденты после собеседования с психологами выходили с красными лицами, кто-то в слезах, кто-то разгневанный. Происходившее собеседование условно можно назвать «стрессовым интервью» - две женщины-психолога очень развязно себя вели, задавали</i></p>	<p>Максимум 10 баллов за решенный кейс:  10 баллов за кейс – даны и теоретически обоснованы несколько вариантов решений.  5 балл за кейс – дан и слабо теоретически обоснован один вариант решения.  1 балл за кейс – дан один необоснованный вариант решения.</p>

<p>вопросы, которые в лучшем случае можно назвать некорректными, например: «Почему вы такая толстая?» аргументировали свое поведение они тем, что профессия бортпроводника предъявляет большие требования к стрессоустойчивости. У претендентки возникло ощущение, что психологи получали удовольствие и наслаждались ситуацией. Устраиваться в эту авиакомпанию девушка передумала и успешно прошла отбор в другую, там тоже было психологическое собеседования, проводил его интеллигентный психолог, который предлагал найти решения проблемных ситуаций, возникающих в работе бортпроводницы. <b>Как вы считаете, этично ли проведение «стрессового интервью»?</b></p>	
<p><b>Устный ответ на экзаменационный вопрос</b>  Примеры вопросов:  1. Особенности профессиональной деятельности психолога.  2. Условия становления и развития профессионала.  3. Взаимобусловленность влияния личности на профессию и профессии на личность.</p>	<p>Максимум 10 баллов за ответ на вопрос:  10 баллов за ответ – тема раскрыта с опорой на соответствующие понятия и теоретические положения;  7 баллов за ответ – тема раскрыта с опорой на соответствующие понятия и теоретические положения, допущена фактическая ошибка, не приведшая к существенному искажению смысла;  5 баллов за ответ – аргументация на теоретическом уровне неполная, смысл ряда ключевых понятий не объяснен;  3 балла за ответ – аргументация на теоретическом уровне неполная, смысл ряда ключевых понятий не объяснен, допущены многочисленные речевые ошибки, затрудняющие понимание смысла сказанного;  1 балл за ответ – терминологический аппарат непосредственно не связан с раскрываемой темой.</p>
<p><b>Практическая работа «Программа психологической профилактики»</b>  На основе изучения научной литературы студенту предлагается разработать систему занятий для профилактики стресса и профессиональной</p>	<p>Максимум 30 баллов:  30 баллов – разработаны все 4 требуемые компонента программы, прослеживается креативный подход к обоснованию развиваемой</p>

<p><i>деформации личности, включающую следующие компоненты:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><i>1. Описать концептуальные основания подготовки к групповой работе.</i></li> <li><i>2. Выделить круг вопросов, которые необходимо проанализировать при работе с группой.</i></li> </ol> <p><i>Определить основные психодраматические методики и тренинги. Обосновать их значимость.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><i>3. Подобрать и подготовить ведущих, разработать для них практические задания (психотехнические упражнения, ролевые игры и пр.), направленные на освоение важных практических навыков.</i></li> <li><i>4. Систематизировать практические задания и представить их в виде тренингов или психодраматических занятий с указанием целей, задач и предполагаемого результата.</i></li> </ol>	<p>компетенции, формулировки алгоритмов практической работы пошагово выверены;</p> <p>20 баллов – присутствуют 3 требуемых компонента программы, модель развиваемой компетенции создана на основе широко известной базовой психологической концепции, неполное соответствие темы программы и отдельных психологических техник;</p> <p>10 баллов – присутствуют 2-3 требуемых компонента программы, не представлено концептуальное обоснование модели развиваемой компетенции, предложенные техники и упражнения не соответствуют теме программы;</p> <p>5 баллов – присутствует 1-2 требуемых компонента программы, не представлено концептуальное обоснование модели развиваемой компетенции.</p>
<p><b>Практическая работа «Программа психодиагностического исследования профессионального стресса и профессиональных деформаций личности»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><i>1. Ознакомиться с методиками, применяемыми в целях диагностики профессионального стресса и профессиональных деформаций личности, а также с основными принципами и положениями психодиагностики в сфере труда.</i></li> <li><i>2. Подобрать методики для всестороннего обследования субъекта труда (по 5 методик на каждый исследуемый феномен).</i></li> <li><i>3. Обосновать выбор методик, привести их описание и оформить их в виде программы психодиагностического обследования в соответствии с методическими указаниями.</i></li> </ol>	<p>Максимум 30 баллов:</p> <p>30 баллов – в программе представлены и описаны все 10 методик, направленные на диагностику указанных сфер психики, при обосновании методик прослеживается высокий уровень теоретических знаний;</p> <p>20 баллов – присутствуют 6-8 требуемых методик, которые описаны и обоснованы;</p> <p>10 баллов – присутствуют 4-6 требуемых методик, которые выбраны при неполном соответствии с принципами психодиагностического обследования в психологии труда;</p> <p>5 баллов – присутствует 3-4 методики, выбор которых не обоснован, нет описания методик.</p>

## **V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### 1) Рекомендуемая литература

#### а) Основная литература

Болдырева Т.А. Общие теории деформаций личности. Профессиональные деформации [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т.А. Болдырева. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. — 332 с. — 978-5-7410-1663-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71295.html>

Константинов, В. В. Профессиональная деформация личности : учебное пособие для вузов / В. В. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 186 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08760-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472287>

#### б) Дополнительная литература

Бедина В. Ю. Психология карьеры личности [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. Ю. Бедина. — Тамбов: ТГУ им. Г.Р.Державина, 2019. — 112 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/137560>

Бергис Т. А. Психология стресса [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т. А. Бергис. — Тольятти: ТГУ, 2019. — 112 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/140268>

Мандель Б. Р. Психология стресса [Электронный ресурс]: учебное пособие / Б. Р. Мандель. — 2-е изд., стер. — Москва: ФЛИНТА, 2019. — 252 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/1226524>

Портнягина А. М. Психология стресса [Электронный ресурс]: учебное пособие / А. М. Портнягина. — Красноярск: СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2019. — 98 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/147553>

Правдина Л. Р. Психология профессионального здоровья [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л. Р. Правдина. - Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. - 208 с. - Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/991809>

Психологическое сопровождение профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : хрестоматия / . — Электрон. текстовые данные. — М. : Евразийский открытый институт, 2012. — 800 с. — 978-5-374-00573-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14646.html>

Психология стресса [Электронный ресурс]: учебное пособие / составитель Т. И. Куликова. — Тула: ТГПУ, 2014. — 133 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/101523>



Шабанова Т.Л. Психология профессионального стресса и стресс-толерантности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т.Л. Шабанова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2014. — 121 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19530.html>

Шаповалов В. К. Карьерные процессы: социологические и психолого-педагогические интерпретации [Электронный ресурс]: монография / В. К. Шаповалов. — 3-е изд., стер. — Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2020. —191 с. — Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1081683>

Москвина, Н. Б. Личностно-профессиональные деформации педагогов. Проблема реабилитации : учебное пособие / Н. Б. Москвина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05508-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/473158>

## **2) Программное обеспечение**

### **а) Лицензионное программное обеспечение**

- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав №1842 30.11.2020
- Microsoft office professional 2016 - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт на передачу прав №1051 от 05.08.2020 г.
- IBM SPSS Statistics 27 - Акт приема-передачи по договору №20180302-1 от 27.03.2018

### **б) Свободно распространяемое программное обеспечение**

- Google Chrome - бесплатно

## **3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

- ЭБС Лань Договор № 4-е/23 от 02.08.2023 г.
- ЭБС Znanium.com Договор № 1106 ЭБС от 02.08.2023 г.
- ЭБС Университетская библиотека online Договор № 02-06/2023 от 02.08.2023 г.
- ЭБС ЮРАЙТ Договор № 5-е/23 от 02.08.2023 г.
- ЭБС IPR SMART Договор № 3-е/23К от 02.08.2023 г.

1. База данных международных индексов научного цитирования Scopus [www.scopus.com](http://www.scopus.com) (<http://library.tversu.ru/kratkie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>)
2. База данных международных индексов научного цитирования Web of Science (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>)
3. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» [www.consultant.ru](http://www.consultant.ru) (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>)
4. Психологический навигатор - психологический портал <https://www.psynavigator.ru/>
5. Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru>
6. Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. <http://azps.ru>
2. <http://psylab.info>
3. <http://vsetesti.ru>
4. <http://www.mind-map.ru>

## **VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины**

Организация самостоятельной работы студентов:

- изучение материала лекций, подготовка к лекциям и семинарам;
- работа с рекомендованной основной и дополнительной литературой;
- подготовка сообщений и докладов для семинарских занятий;
- решение кейсовых заданий;
- работа с аудиовизуальными учебными материалами, электронными учебниками, обучающими программами;
- выполнение заданий с использованием компьютера и сети Интернет (решение тестовых заданий, расположенных в электронном контенте по дисциплине, участие в веб-семинарах, форумах);
- подготовка компьютерных презентаций;
- работа с электронным контентом по дисциплине.

### **Примерный тематический план**

**Предмет, цели и задачи курса**

Общее понятие предмета психологии профессиональных деформаций, профессионального стресса Цели и задачи курса Теоретический аспект проблемы

### **Взаимодействие личности и профессии**

Теоретико – методологические основы исследования взаимодействия личности и профессии. Обоснованность интереса к проблеме профессионального стресса и профессиональной деформации личности 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.

### **Профессиональный стресс и его особенности**

Определение понятия «стресс», причины его возникновения. Физические и психические стрессоры, основные фазы стресса; последствия стрессовых ситуаций, групповые и индивидуальные проявления стрессовых факторов. Роль психологии труда в предотвращении стрессовых ситуаций, примеры работы по профилактике возникновения стрессов с применением соответствующих тестов. Стресс как основа возникновения конфликта, виды конфликтов, типы конфликтных личностей, пути выхода из конфликтной ситуации.

### **Профессиональная деформация личности: типология, классификации, условия преодоления**

Определения и сущность понятия «профессиональная деформация личности», причины возникновения профессиональной деформации личности. Профессиональная деятельность как фактор развития личности, базовые сценарии профессионального развития личности, успешная профессионализация как условие преодоления профессиональной деформации личности (ПДЛ).

### **Профилактика и коррекция профессиональной деформации личности**

Психологические условия преодоления профессиональной деформации личности, методическая база преодоления ПДЛ. Психология преодоления ПДЛ в контексте личностного развития, взаимосвязь процесса преодоления ПДЛ с системой ценностей, саморазвитием. Личностный рост профессионала – основа преодоления

### **Формирование готовности к преодолению ПДЛ, анализ групповой работы по преодолению ПДЛ.**

Формирование готовности к преодолению ПДЛ, анализ групповой работы по преодолению ПДЛ (на примере психодрамы), основные технологии профилактики и коррекции. Анализ примера стенограммы групповой работы с использованием техники замены ролей.

### **1. Практическая работа «Программа психодиагностического исследования профессионального стресса и профессиональных деформаций личности»**

Психодиагностический аспект применения знаний по данной дисциплине предполагает умение студентов подбирать и применять психодиагностические методики. Студентам предлагается:

1. Ознакомиться с методиками, применяемыми в целях диагностики профессионального стресса и профессиональных деформаций личности, а также с основными принципами и положениями психодиагностики в сфере труда.
2. Подобрать методики для всестороннего обследования субъекта труда (по 5 методик на каждый исследуемый феномен).
3. Обосновать выбор методик, привести их описание и оформить их в виде программы психодиагностического обследования в соответствии с методическими указаниями.
4. Провести диагностику 1 респондента, по результатам диагностики написать заключение.
5. Оформить результаты работы в виде «Программы психодиагностического обследования», включающей: 1) титульный лист; 2) описание изучаемых феноменов; 3) принципы проведения психодиагностического обследования с данной категорией респондентов; 4) перечень диагностических методик (инструкция, стимульный материал, протокол, процесс обследования); 5) общие рекомендации для обследуемого; 6) список литературы.

Программа обследования оформляется и сдается преподавателю в печатном виде, учитывая следующие требования к оформлению:

– текст программы должен быть снабжен ссылками на научную психологическую литературу; пример оформления ссылки: (Панов В.И., 2014, с. 182) либо [4, с. 182].

– шрифт «Times new roman»; размер шрифта основного текста – 14 пт.; размер шрифта в таблицах – 12 пт.; межстрочный интервал основного текста – 1,5; межстрочный интервал текста в таблицах – 1,15; интервал между абзацами – 0; абзацный отступ – 1,25; выравнивание основного текста «по ширине»; выравнивание заголовков «по центру»; поля – «обычные»:

верхнее и нижнее – 2 см., правое – 1,5 см., левое – 3 см.; названия рисунков – внизу рисунка, выравнивание «по центру»; названия таблиц – вверху таблицы, выравнивание «по правому краю».

## **2. Практическая работа «Программа психологической профилактики»**

На основе изучения научной литературы студенту предлагается разработать систему занятий для профилактики стресса и профессиональной деформации личности, включающую следующие компоненты:

1. Описать концептуальные основания подготовки к групповой работе.
2. Выделить круг вопросов, которые необходимо проанализировать при работе с группой. Определить основные психодраматические методики и тренинги. Обосновать их значимость.
3. Подобрать и подготовить ведущих, разработать для них практические задания (психотехнические упражнения, ролевые игры и пр.), направленные на освоение важных практических навыков.
4. Систематизировать практические задания и представить их в виде тренингов или психодраматических занятий с указанием целей, задач и предполагаемого результата.

Программа оформляется и сдается преподавателю в печатном виде, учитывая следующие требования к оформлению:

- помимо указанных выше компонентов, составляющих основное содержание тренинговой программы, она должна включать также титульный лист и список литературы, оформленный по требованиям ГОСТ.
- текст программы должен быть снабжен ссылками на научную психологическую литературу; пример оформления ссылки: (Панов В.И., 2014, с. 182) либо [4, с. 182].
- шрифт «Times new roman»; размер шрифта основного текста – 14 пт.; размер шрифта в таблицах – 12 пт.; межстрочный интервал основного текста – 1,5; межстрочный интервал текста в таблицах – 1,15; интервал между абзацами – 0; абзацный отступ – 1,25; выравнивание основного текста «по ширине»; выравнивание заголовков «по центру»; поля – «обычные»: верхнее и нижнее – 2 см., правое – 1,5 см., левое – 3 см.; названия рисунков – внизу рисунка, выравнивание «по центру»; названия таблиц – вверху таблицы, выравнивание «по правому краю».

## **3. Самостоятельная подготовка к решению кейсов**

Цель данной работы – закрепление знаний по дисциплине «Профессиональный стресс и профессиональные деформации личности» и развитие умения их применять в нестандартных ситуациях социально-психологического взаимодействия.

Подготовительный этап. За одну-две недели студенты получают установку на проведение занятия в форме решения ситуационных задач. Им сообщают тему и цель занятия. Дают указания по самостоятельному изучению литературы и повторению пройденных тем, а также основ профессиональной этики.

Впоследствии в ходе аудиторного занятия студентам предлагают решить задачи с конкретными ситуациями, ответив на вопросы, приведенные в конце задачи, а также привести теоретическое обоснование найденных решений.

Примеры:

**Кейс 1. «Работа участников семинара».** *«Одним из лучших учебных семинаров, которые я посещал, были занятия по индустриальной психологии, которые вел профессор Б.Дж. Смит», - сказал один преподаватель другому. «Каждому участнику семинара давалась определенная гипотетическая проблема, касавшаяся организации рабочего места и его влияния на производительность труда. Мы изучали широкий круг литературы, планировали эксперимент, даже предсказывались вероятные результаты, а затем анализировали и обсуждали полученные данные. Профессор только подбрасывал нам проблемы, а всю работу мы проделывали сами, но это был превосходный обучающий опыт». Несколько лет спустя те же самые двое коллег повстречались на психологической конференции. «Вы помните, что я говорил вам о профессоре Смите?», - начал первый. «Припоминаю, - ответил второй. – Что-то о том, как умело он вел у вас семинары». «Так вот, этот старый мошенник, - сказал первый возмущенно, - заимствовал наши исследовательские идеи, применил их на практике и опубликовал результаты в последнем номере «Журнала важных индустриальных исследований». Описанный в статье план эксперимента совпадал с планом, представленным на рассмотрение семинарской группой, а во вводной части статьи даже цитировались источники, которые содержались в оригинальной работе». **Нарушены ли в данном примере этические нормы? Наблюдаются ли проявления ПДЛ у профессора Смита? Обоснуйте свой ответ.***

**Кейс 2. «Стрессовое интервью».** *Девушка проходила отбор для работы бортпроводницей. В одной из авиакомпаний претенденты после собеседования с психологами выходили с красными лицами, кто-то в слезах,*

*кто-то разгневанный. Происходившее собеседование условно можно назвать «стрессовым интервью» - две женщины-психолога очень развязно себя вели, задавали вопросы, которые в лучшем случае можно назвать некорректными, например: «Почему вы такая толстая?» аргументировали свое поведение они тем, что профессия бортпроводника предъявляет большие требования к стрессоустойчивости. У претендентки возникло ощущение, что психологи получали удовольствие и наслаждались ситуацией. Устраиваться в эту авиакомпанию девушка передумала и успешно прошла отбор в другую, там тоже было психологическое собеседования, проводил его интеллигентный психолог, который предлагал найти решения проблемных ситуаций, возникающих в работе бортпроводницы. **Как вы считаете, этично ли проведение «стрессового интервью»?***

## **ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ И ДОКЛАДОВ**

### **Методические указания по написанию и оформлению рефератов**

**Реферат** – письменная работа по определенной научной проблеме, краткое изложение содержания научного труда или научной проблемы. Он является действенной формой самостоятельного исследования научных проблем на основе изучения текстов, специальной литературы, а также на основе личных наблюдений, исследований и практического опыта. Реферат помогает выработать навыки и приемы самостоятельного научного поиска, грамотного и логического изложения избранной проблемы и способствует приобщению студентов к научной деятельности.

#### **Последовательность работы:**

##### **1. Выбор темы исследования.**

Тема реферата выбирается студентом по коду зачетной книжки и (или) на основе его научного интереса. Также помощь в выборе темы может оказать преподаватель.

##### **2. Планирование исследования.**

Включает составление календарного плана научного исследования и плана предполагаемого реферата. Календарный план исследования включает следующие элементы:

- выбор и формулирование проблемы, разработка плана исследования и предварительного плана реферата;
- сбор и изучение исходного материала, поиск литературы;
- анализ собранного материала, теоретическая разработка проблемы;
- сообщение о предварительных результатах исследования;
- литературное оформление исследовательской проблемы;

- обсуждение работы (на семинаре, в студенческом научном обществе, на конференции и т.п.).

Каждый элемент датируется временем начала и временем завершения.

План реферата характеризует его содержание и структуру. Он должен включать в себя:

- введение, где обосновывается актуальность проблемы, ставятся цель и задачи исследования;
- основная часть, в которой раскрывается содержание проблемы;
- заключение, где обобщаются выводы по теме и даются практические рекомендации.

### ***3. Поиск и изучение литературы***

Для выявления необходимой литературы следует обратиться в библиотеку или к преподавателю. Подбранную литературу следует зафиксировать согласно установленному на дату написания реферата ГОСТу по библиографическому описанию произведений печати. Подбранная литература изучается в следующем порядке:

- знакомство с литературой, просмотр ее и выборочное чтение с целью общего представления проблемы и структуры будущей научной работы;
- исследование необходимых источников, сплошное чтение отдельных работ, их изучение, конспектирование необходимого материала (при конспектировании необходимо указывать автора, название работы, место издания, издательство, год издания, страницу);
- обращение к литературе для дополнений и уточнений на этапе написания реферата. Для разработки реферата достаточно изучение 4-5 основных источников и/или важнейших статей по избранной проблеме. При изучении литературы необходимо выбирать материал, не только подтверждающий позицию автора реферата, но и материал для полемики.

### ***4. Обработка материала.***

При обработке полученного материала автор должен:

- систематизировать его по разделам;
- выдвинуть и обосновать свои гипотезы;
- определить свою позицию, точку зрения по рассматриваемой проблеме;
- уточнить объем и содержание понятий, которыми приходится оперировать при разработке темы;
- сформулировать определения и основные выводы, характеризующие результаты исследования; - окончательно уточнить структуру реферата.

### ***5. Оформление реферата.***

При оформлении реферата рекомендуется придерживаться следующих правил:



- следует писать лишь то, чем автор хочет выразить сущность проблемы, ее логику;
- писать последовательно, логично, доказательно (по схеме: тезис – обоснование – вывод);
- соблюдать правила грамматики, писать осмысленно, не злоупотребляя наукообразными выражениями.

При изложении материала необходимо придерживаться принятого плана.

Реферат печатается на стандартном листе бумаги формата А4. Левое поле – 20 мм, правое – 15 мм, верхнее и нижнее – 20 мм. Шрифт Times New Roman размером 14, межстрочный интервал 1,5. Абзацный отступ 1,25 см.

Каждый новый раздел начинается с новой страницы; это же правило относится к другим основным структурным частям работы (введению, заключению, списку литературы, приложениям и т.д.).

В работе можно использовать только общепринятые сокращения и условные обозначения.

Важным моментом при написании реферата является оформление ссылок и используемые источники. При их оформлении следует придерживаться следующих правил:

- текст цитаты заключается в кавычки и приводится в той грамматической форме, в какой он дан в источнике, с сохранением особенностей авторского написания;
- каждая цитата должна сопровождаться ссылкой на источник;
- научные термины, предложенные другими авторами, не заключаются в кавычки.

При цитировании текста цитата приводится в кавычках, а после нее в квадратных скобках указывается ссылка на литературный источник по списку использованной литературы и номер страницы, на которой в этом источнике помещен цитируемый текст. Например: [15, с. 237-239]. Возможно оформление ссылок при цитировании текста в виде концевых сносок со сквозной нумерацией.

***Критерии оценки реферата:***

- актуальность темы исследования;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- правильность и полнота использования источников;
- соответствие оформления реферата стандартам

**ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ:**

1. Особенности профессиональной деятельности психолога.
2. Условия становления и развития профессионала.
3. Взаимообусловленность влияния личности на профессию и профессии на личность.
4. Базовые сценарии профессионального развития личности.
5. Теории и модели стресса.
6. Объективные и субъективные методы оценки уровня стресса.
7. Профилактика профессионального стресса.
8. Формирование стрессоустойчивости как основа профилактики ПДЛ.
9. Основные типы классификации профессиональных деформаций личности.
10. Личностный рост профессионала.
11. Причины возникновения профессиональной деформации личности.
12. Связь преодоления профессиональной деформации с системой ценностей и проблемой саморазвития личности.
13. Основные формы проявления ПДЛ у психологов и педагогов.
14. Синдром эмоционального выгорания: причины возникновения и возможность профилактики.
15. Профилактика и коррекция ПДЛ: перспективы дальнейших исследований.

## **VII. Материально-техническое обеспечение**

Лекционная аудитория, оснащенная мультимедийной техникой, при необходимости тренинговый класс, учебно-практическая лаборатория Клинической психологии и психодиагностики.

## **VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины**

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.	I. Аннотация	Составлена аннотация в соответствии с новым ФГОС, целями и задачами дисциплины Сформулированы новые цели и задачи дисциплины в соответствии с компетенциями.	Протокол № 2 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология» от 19.09.23 г.
2.	II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием	Обновлено содержание дисциплины, внесены	Протокол № 2 заседания кафедры «Психология

	отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	новые темы, соответствующие им виды учебных занятий, технологий и методов обучения	труда и клиническая психология» от 19.09.23 г.
3.	III. Образовательные технологии	Раздел частично включает новую тематику занятий, технологий и форм организации работы	Протокол № 2 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология» от 19.09.23 г.
4.	IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации	Переработаны и внесены новые оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации. Обновлены вопросы для подготовки к итоговой аттестации.	Протокол № 2 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология» от 19.09.23 г.
5.	V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	Обновлен список литературы и информационные ресурсы. Внесение изменений в п.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.	Протокол № 2 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология» от 19.09.23 г.
6.	VI. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины	Переработаны и представлены новые методические материалы по дисциплине	Протокол № 2 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология» от 19.09.23 г.