

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Горбунов Алексей Александрович  
Должность: Заместитель начальника университета по учебной работе  
Дата подписания: 27.08.2024 15:56:48  
Уникальный программный ключ:  
286e49ee1471d400cc1f45539d51ed7bbf0e9cc7

**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Санкт-Петербургский университет  
Государственной противопожарной службы МЧС России»**

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель начальника университета  
по учебной работе  
полковник внутренней службы

А.А. Горбунов

«27» мая 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
СУПЕРВИЗИЯ И ПСИХОГИГИЕНА**

**Специальность**

**37.05.02 Психология служебной деятельности**

**Специализация №4**

**«Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных  
условиях»**

**уровень специалитета**

**Санкт-Петербург**

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся способностей реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп, разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации, а также осуществлять пропаганду психологических знаний среди сотрудников, военнослужащих и служащих.

В процессе освоения дисциплины обучающийся формирует и демонстрирует нормативно заданные компетенции.

#### Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

Компетенции	Содержание
ПК-12	способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп
ПК-14	способность разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации
ПК-25	способность осуществлять пропаганду психологических знаний среди сотрудников, военнослужащих и служащих

### 1.2 Задачи дисциплины

Задачами дисциплины являются:

- формирование у обучающихся необходимых знаний, умений и навыков реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп

- формирование у обучающихся необходимых знаний, умений и навыков разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации

- формирование у обучающихся необходимых знаний, умений и навыков осуществлять пропаганду психологических знаний среди сотрудников, военнослужащих и служащих

**2. Перечень планируемых результатов обучения дисциплины, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования (далее – ОПОП ВО)**

Планируемые результаты обучения по дисциплине	Планируемые результаты освоения ОПОП
В результате освоения дисциплины обучающийся должен <b>демонстрировать способность и готовность</b>	В результате освоения ОПОП ВО обучающийся должен <b>владеть</b> компетенциями
<b>в практической деятельности:</b>	
реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп;	ПК-12
разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе, психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации	ПК-14
<b>в педагогической деятельности:</b>	
осуществлять пропаганду психологических знаний среди сотрудников, военнослужащих и служащих	ПК-25

**3. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина относится к вариативной части дисциплин по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности (уровень специалитета) специализация №4 «Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях».

**4. Структура и содержание дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы: 108 часов.

**4.1 Объем дисциплины и виды деятельности**

Вид учебной деятельности	Всего часов	Семестр 8
<b>Общая трудоемкость дисциплины в часах</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
Общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах	3	3
<b>Контактная работа (в виде аудиторной работы)</b>	<b>54</b>	<b>54</b>
Лекции	18	18
Практические занятия	36	36
Форма контроля – зачет	+	+
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>54</b>	<b>54</b>

#### 4.2 Темы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	Количество часов по видам занятий		Контроль	Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия		
1	2	3	4	5	6	7
1	Тема 1. Понятие супервизии	8	2			6
2	Тема 2. Модели супервизии	12	2	4		6
3	Тема 3. Личность супервизора	12	2	4		6
4	Тема 4. Условия получения поддержки и супервизии специалистом помогающей профессии	12	2	4		6
5	Тема 5. Супервизорские группы и команды	12	2	4		6
6	Тема 6. Психологические аспекты психогигиены	12	2	4		6
7	Тема 7. Психологические аспекты психопрофилактики	14	2	6		6
8	Тема 8. Психологическая культура и психологическая устойчивость личности	10	2	2		6
9	Тема 9. Психологическое здоровье и профессиональная реабилитация	16	2	8		6
	<b>Зачёт</b>	+			+	
	<b>Итого по дисциплине</b>	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>36</b>		<b>54</b>

#### 4.3 Содержание дисциплины

##### Тема 1. Понятие супервизии

**Лекция.** История и современное состояние проблемы. Определения супервизии. История и современное состояние проблемы. Задачи супервизии в консультировании (наставническая, обучающая, направляющая, консультирующая). Понятие самосупервизии. Функции и типы супервизии. Задачи супервизии.

**Самостоятельная работа.** История возникновения и развития супервизии в России.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1].

##### Тема 2. Модели супервизии

**Лекция.** Эволюционные модели супервизии. Модели специфичной ориентации. Балинтовские группы. Технология работы балинтовской группы.

Супервизия в семейной психотерапии. Интегративные модели супервизии. Формальные моменты супервизии.

**Практическое занятие.** Стили супервизии, основные мероприятия супервизии. Проблема формирования контракта.

**Самостоятельная работа.** Уровни супервизии в модели развития: ориентация на себя, ориентация на клиента, ориентация на процесс, ориентация на процесс в контексте.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

### **Тема 3. Личность супервизора**

**Лекция.** Причины выбора профессии – супервизор. Понятие «хороший супервизор». Качества необходимые супервизору. Условия обучения супервизора. Роли супервизора (консультант, учитель, администратор). Комплексность супервизорских ролей. Суброли в супервизии. Проблема обладания властью и авторитетом. Понятие «самосупервизии», условия ее организации.

**Практическое занятие:** Вопросы этики в супервизии. Роли супервизора.

**Самостоятельная работа.** Оценивание и аккредитация в супервизии.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1];

дополнительная [1, 2].

### **Тема 4. Условия получения поддержки и супервизии специалистом помогающей профессии**

**Лекция.** Трудности, возникающие при организации процесса супервизии. Основные факторы, мешающие получению поддержки. Предыдущий опыт супервизии, личное сопротивление и зависимая позиция, трудности в общении с авторитетами, конфликт ролей, внешние препятствия, неспособность принимать поддержку, организационные трудности. Стресс, выгорание, посттравматический стресс в помогающих профессиях. Активность в супервизии (заключение контракта, оценивание супервизора, принятие ответственности в качестве супервизируемого).

**Практическое занятие:** Стресс, выгорание, посттравматический стресс в помогающих профессиях. Активность в супервизии.

**Самостоятельная работа.** Обучение и развитие супервизора.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

### **Тема 5. Супервизорские группы и команды**

**Лекция.** Развитие политики и практики супервизии в организации. Групповая супервизия: преимущества, недостатки, отбор для участия в группы, заключение контракта при групповой супервизии, создание атмосферы общения, прояснение групповой динамики, структурирование группы, стили групповой супервизии. Командная супервизия.

**Практическое занятие:** Супервизорские группы. Командная супервизия.

**Самостоятельная работа.** Развитие политики и практики супервизии в организации.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1];

дополнительная [1].

## **Тема 6. Психологические аспекты психогигиены**

**Лекция.** Определение понятия психогигиены, краткая историческая справка. Основы психогигиены; виды (разделы) психогигиены; систематика разделов и задачи психогигиены. Характеристика основных отраслей психогигиены: возрастной, семейной, труда, обучения и быта, больного человека.

**Практическое занятие:** Структура и уровни психогигиены. Психологическое благополучие и неблагополучие личности.

**Самостоятельная работа.** История возникновения психогигиены как научной отрасли. Связь психогигиены с другими науками: психологией, педагогикой, медициной и др.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1];

дополнительная [1].

## **Тема 7. Психологические аспекты психопрофилактики**

**Лекция.** Определение понятия психопрофилактика, общие вопросы, связь с психогигиеной, основные задачи. Первичная психопрофилактика; вторичная психопрофилактика; третичная психопрофилактика.

**Практическое занятие:** Психологические аспекты психопрофилактики. Психопрофилактика труда и отдыха.

**Самостоятельная работа.** Психопрофилактика общения.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

## **Тема 8. Психогигиеническая культура и психологическая устойчивость личности**

Психогигиеническая и психологическая компетентность личности. Черты психологической культуры современной России. Понятие психологической устойчивости личности. Направленность сознания и ресурсы психологической устойчивости. Психологическая устойчивость личности.

**Практическое занятие:** Преодоление трудных жизненных ситуаций и их ресурсы.

**Самостоятельная работа.** Направленность сознания и ресурсы психологической устойчивости.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

## **Тема 9. Психологическое здоровье и профессиональная реабилитация**

**Лекция.** Понятие, критерии оценки и классификация уровней психического здоровья. Профессиональная и социально-психологическая реабилитация. Связь психопрофилактики с психокоррекцией и психотерапией.

**Практическое занятие:** Психогигиена труда, обучения и быта. Профессиональная и социально-психологическая реабилитация.

**Самостоятельная работа.** Взаимодействие психопрофилактики, психокоррекции и психотерапии.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

### **5. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

При реализации программы дисциплины основными видами учебных занятий являются лекции и практические занятия.

**Целями лекции являются:**

– дать систематизированные научные знания по дисциплине, акцентировав внимание на наиболее сложных и узловых вопросах тем;

– стимулировать активную познавательную деятельность обучающихся, способствовать формированию их творческого мышления.

**Практические занятия.** Главным содержанием этого вида учебных занятий является работа каждого обучающегося по овладению практическими умениями и навыками профессиональной деятельности.

**Самостоятельная работа** обучающихся направлена на углубление и закрепление знаний, полученных на лекциях и других занятиях, выработку навыков самостоятельного активного приобретения новых, дополнительных знаний, подготовку к предстоящим учебным занятиям, промежуточной аттестации.

### **6. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Оценочные средства дисциплины включают в себя следующие разделы:

1. Типовые контрольные вопросы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения дисциплины.

2. Методика оценивания персональных образовательных достижений обучающихся.

#### **6.1 Типовые контрольные вопросы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения дисциплины**

**Примерный перечень вопросов для проведения зачёта**

1. Понятие супервизии. История и современное состояние проблемы.

2. Задачи супервизии в консультировании и психотерапии.

3. Супервизия и помогающие профессии.
4. Функции и типы супервизии.
5. Понятие самосупервизии. Условия организации самосупервизии.
6. Балинтовские группы. Технология работы балинтовской группы.
7. Эволюционные модели супервизии.
8. Процессуальная модель супервизии.
9. Проблема составления контракта.
10. Уровни супервизии в модели развития.
11. Организация процесса супервизии.
12. Факторы, мешающие получению супервизии. Картирование системы поддержки.
13. Стресс, выгорание и посттравматический стресс в помогающих профессиях.
14. Ошибки присоединения. Работа супервизора по преодолению ошибок присоединения.
15. Понятие переноса и контрпереноса. Работа с данными понятиями при супервизии.
16. Тактические ошибки при консультировании и психотерапии.
17. Картирование системы поддержки.
18. Трудности и ошибки в психотерапии детей и подростков.
19. Условия обучения супервизора. Развитие супервизора.
20. Основные требования к личности супервизора.
21. Вопросы этики в супервизии.
22. Групповая и командная супервизия.
23. Организационные проблемы групповой и командной супервизии.
24. Развитие практики супервизии в организации.
25. Определение понятия психогигиены, краткая историческая справка.
26. Виды и задачи психогигиены.
27. Структура психогигиены, ее уровни.
28. Психологическое благополучие личности.
29. Психологическое неблагополучие личности.
30. Определение понятия психопрофилактика, общие вопросы.
31. Связь психопрофилактики с психогигиеной.
32. Индивидуальный уровень психопрофилактики.
33. Психопрофилактика труда и отдыха.
34. Психопрофилактика общения.
35. Психогигиеническая и психологическая компетентность личности.
36. Черты психологической культуры современной России.
37. Понятие психологической устойчивости личности.
38. Направленность сознания и ресурсы психологической устойчивости.
39. Преодоление трудных жизненных ситуаций и их ресурсы.
40. Понятие, критерии оценки и классификация уровней психического здоровья.
41. Профессиональная реабилитация.
42. Социально-психологическая реабилитация.
43. Связь психопрофилактики с психокоррекцией и психотерапией.
44. Эмоциональная нагрузка и фрустрация.



45. Системный подход в оптимизации структуры психотерапевтической службы и семейного консультирования.

46. Проблемы психогигиены и психопрофилактики различных слоев населения.

## **6.2 Методика оценивания персональных образовательных достижений обучающихся**

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания зачёта</b>
<b>зачтено</b>	обучающийся демонстрирует всесторонние, систематизированные и уверенные теоретические знания и практические умения и навыки в области изучаемой дисциплины
<b>не зачтено</b>	обучающийся допускает ошибки в формулировках основных понятий дисциплины, не обладает теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками в области изучаемой дисциплины

## **7. Требования к условиям реализации. Ресурсное обеспечение дисциплины**

### **7.1. Перечень программного обеспечения дисциплины, в том числе лицензионное**

1. Microsoft Windows Professional, Russian – Системное программное обеспечение. Операционная система. [Коммерческая (Volume Licensing)]; ПО-BE8-834

2. Microsoft Office Standard (Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher) – Пакет офисных приложений [Коммерческая (Volume Licensing)]; ПО-D86-664

3. Adobe Acrobat Reader DC – Приложение для создания и просмотра электронных публикаций в формате PDF [Бесплатная]; ПО-F63-948

### **7.2. Перечень современных баз данных и информационно-справочные системы**

При реализации дисциплины используются следующие современные базы данных и информационно-справочные системы, обеспечивающие индивидуальный неограниченный доступ:

федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru> – индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет

<http://www.consultant.ru/edu/student/study/> – КонсультантПлюс студенту и преподавателю, индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет.

<https://rospsy.ru/> – сайт Федерации психологов образования России, обеспечивающий индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет;

<https://psyjournals.ru/team/index.shtml> – портал психологических изданий, обеспечивающий индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет;

<http://psychology.net.ru/> – база профессиональных данных «Мир психологии».

### 7.3. Перечень основной и дополнительной литературы

#### Основная литература:

1. Здоровьесберегающие психологические технологии в подготовке специалистов помогающих профессий: учебное пособие : [гриф МЧС] / Д. Н. Церфус [и др.] ; ред. Э. Н. Чижиков ; МЧС России. - СПб. : СПбУ ГПС МЧС России, 2017. - 166 с. <http://elibrigps.ru/?19&type=card&cid=ALSFR-08964b64-a2e7-47b9-a4ee-c0ba367ab607&remote=false>

2. Фомина Е.В. Физическая антропология. Дыхание, кровообращение, иммунитет [Электронный ресурс] : учебное пособие для бакалавриата / Е.В. Фомина, А.Д. Ноздрачев. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский педагогический государственный университет, 2017. — 188 с. — 978-5-4263-0480-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72525.html>

#### Дополнительная литература:

1. Супервизия супервизора : практика в поиске теории / Дж. Винер, Р. Майзен, Дж. Дакхэм [и др.] ; под редакцией Дж. Винер, Р. Майзен, Дж. Дакхэм ; перевод З. А. Кривулина, В. В. Зеленский. — Москва : Когито-Центр, 2006. — 352 с. — ISBN 5-89353-196-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/32154.html>

2. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Ю. В. Бессонова, В. А. Бодров, И. И. Ветрова [и др.] ; под редакцией А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 512 с. — ISBN 978-5-9270-0222-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/88392.html>

### 7.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории (специальные помещения) для проведения предусмотренных программой занятий, оснащены оборудованием и техническими средствами обучения:

столы, стулья, доска (меловая или маркерная, или интерактивная);

набор демонстрационного оборудования (ТСО): персональный компьютер, мультимедийный проектор и экран, служащие для предоставления информации большой аудитории;

учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности (уровень специалитета), специализация №4 «Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях».

**Автор:** доцент кафедры педагогики и психологии экстремальных ситуаций к.пс.н., доцент И.А. Акиндинова