

MINISTRY OF SCIENCE AND HIGHER EDUCATION OF THE RUSSIAN FEDERATION

**Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education  
«National Research Lobachevsky State University of Nizhny Novgorod»**

Факультет социальных наук

---

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

**Working programme of the discipline**

Psychological counseling for IT specialists

---

Higher education level

Master degree

---

Area of study / speciality

37.04.01 - Psychology

---

Focus /specialization of the study programme

Cyberpsychology

---

Mode of study

full-time

---

Nizhny Novgorod

Year of commencement of studies 2024

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.18 Психологическое консультирование специалистов ИТ-сферы относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ПК-4.1: Способен проводить психологическую оценку состояний человека, его психологических возможностей	<p>ПК-4.1.1: Знает теоретические основы и методы психологической оценки состояний человека и его психологических возможностей.</p> <p>ПК-4.1.2: Умеет применять методы психологической оценки состояний человека и (или) его психологических возможностей.</p> <p>ПК-4.1.3: Владеет методами и средствами психологической оценки состояний человека и (или) его психологических возможностей.</p>	<p>ПК-4.1.1:</p> <p>Знать:</p> <p>1. Теоретические основы оценки психологического состояния специалиста ИТ-сферы.</p> <p>2. Теоретические основы оценки психофизиологического состояния специалиста ИТ-сферы.</p> <p>ПК-4.1.2:</p> <p>Уметь:</p> <p>1. Применять методы оценки психологического состояния специалиста ИТ-сферы.</p> <p>2. Применять методы оценки психофизиологического состояния специалиста ИТ-сферы.</p> <p>ПК-4.1.3:</p> <p>Владеть:</p> <p>1. Методами оценки психологического состояния специалиста ИТ-сферы.</p> <p>2. Методами оценки психофизиологического состояния специалиста ИТ-сферы.</p>	Кейс-задание	<p>Зачёт:</p> <p>Тест</p> <p>Задания</p> <p>Контрольные вопросы</p>
ДПК-4.4: Способен изучать и оценивать информационно-коммуникативную	ДПК-4.4.1: Знает современные теоретические представления о построении информационно-	<p>ДПК-4.4.1:</p> <p>Знать:</p> <p>1. Современные теоретические представления</p>	Кейс-задание	<p>Зачёт:</p> <p>Тест</p> <p>Задания</p>

<p>виртуальную среду и поведение человека этой среде</p>	<p>коммуникативной виртуальной среды и поведении человека в ней. ДПК-4.4.2: Умеет анализировать, описывать и оценивать информационно-коммуникативную виртуальную среду. ДПК-4.4.3: Владеет способами описания и оценки состояний человека в информационно-коммуникативной виртуальной среде.</p>	<p>о поведении специалиста IT-сферы. 2. Современные теоретические представления о построении среды, в которой работает специалист IT-сферы.</p> <p>ДПК-4.4.2: Уметь: 1. Анализировать среду, в которой работает специалист IT-сферы. 2. Описывать среду, в которой работает специалист IT-сферы. 3. Оценивать среду, в которой работает специалист IT-сферы.</p> <p>ДПК-4.4.3: Владеть способами описания состояния специалиста IT-сферы.</p>		<p>Контрольные вопросы</p>
<p>ДПК-4.5: Способен планировать и разрабатывать психодиагностические и психофизиологические IT-системы</p>	<p>ДПК-4.5.1: Знает современные информационные технологии, используемые в диагностике и психофизиологической экспертизе; принципы разработки современных IT-систем для применения в когнитивных исследованиях; ДПК-4.5.2: Умеет составлять технические задания для создания IT-систем с потребительскими свойствами диагностики и психофизиологической экспертизы; планировать, разрабатывать и анализировать IT-системы; ДПК-4.5.3: Владеет способами описания и анализа IT-систем, алгоритмами составления технических заданий.</p>	<p>ДПК-4.5.1: Знать: 1. Современные информационные технологии, используемые в диагностике и психофизиологической экспертизе. 2. Принципы разработки современных IT-систем для применения в когнитивных исследованиях.</p> <p>ДПК-4.5.2: Уметь: 1. Составлять технические задания для создания IT-систем с потребительскими свойствами диагностики и психофизиологической экспертизы. 2. Планировать, разрабатывать и анализировать IT-системы.</p> <p>ДПК-4.5.3: Владеть: 1. Способами описания и</p>	<p>Кейс-задание</p>	<p>Зачёт: Тест</p>

		анализа ИТ-систем. 2. Алгоритмами составления технических заданий.		
--	--	--	--	--

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	<b>очная</b>
<b>Общая трудоемкость, з.е.</b>	<b>3</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>108</b>
в том числе	
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>	
- занятия лекционного типа	<b>12</b>
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	<b>36</b>
- КСР	<b>1</b>
<b>самостоятельная работа</b>	<b>59</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>0</b> <b>Зачёт</b>

#### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/ лабора торные работы), часы	Всего	
	о ф о	о ф о	о ф о	о ф о	о ф о
Тема 1. Специфика трудовой деятельности специалистов ИТ-сферы.	24	3	6	9	15
Тема 2. Проблемы трудовой деятельности специалистов ИТ-сферы.	24	3	6	9	15
Тема 3. Помощь специалистам ИТ-сферы в регуляции и организации трудовой деятельности.	30	3	12	15	15
Тема 4. Современные технологии саморегуляции в трудовой деятельности.	29	3	12	15	14
Аттестация	0				
КСР	1				1
Итого	108	12	36	49	59

## **Contents of sections and topics of the discipline**

### **Тема 1. Специфика трудовой деятельности специалистов IT-сферы.**

#### **Описание:**

Работа специалистов в IT-сфере имеет свои уникальные особенности и требования. Эти особенности определяют подходы к выполнению задач, рабочие условия и профессиональные навыки.

#### **Ключевые аспекты:**

Гибкость рабочего времени и места: IT-специалисты часто работают удаленно или по гибкому графику. Высокая зависимость от технологий: Повседневная работа требует использования специализированного программного обеспечения и оборудования.

Творческий и аналитический характер работы: IT-специалисты решают сложные проблемы, требующие креативного подхода и анализа данных.

Необходимость постоянного обучения: Быстрое развитие технологий обязывает специалистов регулярно обновлять свои знания и навыки.

Многозадачность и работа в команде: Важна способность эффективно работать над несколькими проектами одновременно и взаимодействовать с коллегами.

### **Тема 2. Проблемы трудовой деятельности специалистов IT-сферы.**

#### **Описание:**

Работа в IT-сфере сопряжена с рядом специфических проблем, которые могут негативно влиять на производительность и общее благополучие специалистов.

#### **Ключевые аспекты:**

Высокий уровень стресса: Постоянные дедлайны, сложные задачи и высокая ответственность.

Синдром профессионального выгорания: Частое явление из-за интенсивной и однообразной работы.

Здоровье: Проблемы с осанкой, зрением и общим физическим состоянием из-за долгого сидячего образа жизни.

Одиночество и социальная изоляция: Особенно характерно для тех, кто работает удаленно.

Отсутствие баланса между работой и личной жизнью: Трудности в разграничении рабочего и личного времени.

### **Тема 3. Помощь специалистам IT-сферы в регуляции и организации трудовой деятельности.**

#### **Описание:**

Эффективная организация работы и помощь специалистам в IT-сфере могут значительно улучшить их производительность и общее благополучие.

#### **Ключевые аспекты:**

Тайм-менеджмент: Обучение и использование методов управления временем для повышения эффективности работы.

Создание комфортной рабочей среды: Обеспечение удобного и эргономичного рабочего места, оптимизация условий труда.

Поддержка ментального здоровья: Организация тренингов и консультаций по управлению стрессом и

профилактике выгорания.

Формирование здорового образа жизни: Продвижение физической активности, правильного питания и регулярных перерывов.

Тимбилдинг: Мероприятия, направленные на улучшение командной работы и социальной интеграции.

#### Тема 4. Современные технологии саморегуляции в трудовой деятельности.

Описание:

Современные технологии предлагают множество инструментов для саморегуляции, которые помогают специалистам в IT-сфере улучшать свою продуктивность и поддерживать баланс между работой и личной жизнью.

Ключевые аспекты:

Приложения для медитации и релаксации: Использование мобильных приложений и программ для снижения стресса и улучшения концентрации.

Программное обеспечение для управления задачами: Трекеры времени, списки дел и системы управления проектами для оптимизации рабочего процесса.

Фитнес-трекеры и умные устройства: Мониторинг физической активности и состояния здоровья.

Виртуальная и дополненная реальность: Использование VR и AR технологий для создания интерактивных тренингов и обучающих программ.

Биологическая обратная связь (Biofeedback): Технологии, позволяющие контролировать физиологические параметры и улучшать саморегуляцию.

#### **4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

По дисциплине предусмотрено выполнение самостоятельной работы в виде анализа конкретного случая и попытки решения проблемы, описанной в кейсе.

По теме кейса студентом самостоятельно собирается материал, обрабатывается, оформляется в виде письменной работы и презентации. Работы обсуждаются на практических занятиях. В ходе группового обсуждения рассматривается та или иная проблема виртуальной реальности. На всех этапах выполнения работы преподаватель оказывает консультативную помощь и методическое обеспечение.

#### **5. Assessment tools for ongoing monitoring of learning progress and interim certification in the discipline (module)**

##### **5.1 Model assignments required for assessment of learning outcomes during the ongoing monitoring of learning progress with the criteria for their assessment:**

##### **5.1.1 Model assignments (assessment tool - Case task) to assess the development of the competency ПК-4.1:**

1. Проблема информационной перегрузки специалиста IT-сферы.
2. Проблема организации рабочего пространства у специалиста IT-сферы.
3. Проблема самоорганизации при гибком графике работы.

### **5.1.2 Model assignments (assessment tool - Case task) to assess the development of the competency ДПК-4.4:**

1. Проблема выгорания специалистов ИТ-сферы.
2. Проблема работы в команде в ИТ-сфере.
3. Проблема роли руководителя команды в ИТ-сфере.

### **5.1.3 Model assignments (assessment tool - Case task) to assess the development of the competency ДПК-4.5:**

## **Кейс 1: Оптимизация рабочего времени ИТ-специалиста**

**Тема:** Специфика трудовой деятельности специалистов ИТ-сферы

**Задача:** Разработайте план оптимизации рабочего времени для ИТ-специалиста, работающего удаленно, чтобы повысить его продуктивность и удовлетворенность работой.

**Шаги:**

1. Изучите текущий рабочий распорядок специалиста.
2. Проанализируйте основные факторы, влияющие на его продуктивность.
3. Разработайте рекомендации по структурированию рабочего времени (включая выделение времени на отдых, работу и обучение).
4. Внедрите инструменты для отслеживания времени и задач (например, трекеры времени, списки дел).
5. Оцените результаты через месяц и предложите дальнейшие улучшения.

## **Кейс 2: Устранение причин профессионального выгорания в ИТ-компании**

**Тема:** Проблемы трудовой деятельности специалистов ИТ-сферы

**Задача:** Исследуйте причины профессионального выгорания среди сотрудников ИТ-компании и предложите решения для их устранения.

**Шаги:**

1. Проведите анонимный опрос среди сотрудников для выявления основных причин выгорания.
2. Проанализируйте полученные данные и выделите ключевые проблемы.
3. Разработайте план мероприятий для улучшения условий труда и снижения уровня стресса (например, тренинги по управлению стрессом, улучшение рабочего места).
4. Внедрите предложенные решения и проведите повторный опрос через три месяца.
5. Оцените эффективность принятых мер и предложите дальнейшие шаги.

## **Кейс 3: Внедрение программ ментального здоровья в ИТ-компании**

**Тема:** Помощь специалистам ИТ-сферы в регуляции и организации трудовой деятельности

**Задача:** Создайте программу поддержки ментального здоровья для ИТ-специалистов в крупной компании.

**Шаги:**

1. Изучите текущие подходы и практики в области ментального здоровья на рабочем месте.
2. Разработайте программу, включающую регулярные тренинги, консультации с психологом и мероприятия по управлению стрессом.
3. Обеспечьте доступ к ресурсам и поддержке для сотрудников (например, горячие линии, информационные материалы).
4. Организуйте пилотное внедрение программы в одном из отделов компании.
5. Оцените результаты и при необходимости скорректируйте программу перед ее распространением на всю компанию.

## Кейс 4: Использование технологий саморегуляции для повышения продуктивности

**Тема:** Современные технологии саморегуляции в трудовой деятельности

**Задача:** Исследуйте возможности использования современных технологий саморегуляции для повышения продуктивности IT-специалистов.

### Шаги:

1. Изучите доступные технологии саморегуляции (например, фитнес-трекеры, приложения для медитации).
2. Проведите опрос среди сотрудников о предпочтениях и потребностях в области саморегуляции.
3. Разработайте план внедрения выбранных технологий в рабочий процесс.
4. Обучите сотрудников использованию этих технологий и отслеживайте их применение.
5. Оцените влияние внедренных технологий на продуктивность и самочувствие сотрудников через три месяца.

## Кейс 5: Улучшение транспортной безопасности IT-специалистов

**Тема:** Современные технологии саморегуляции в трудовой деятельности

**Задача:** Разработайте меры для повышения транспортной безопасности IT-специалистов, работающих в компании с гибридным форматом работы (частично удаленно, частично в офисе).

### Шаги:

1. Изучите текущие практики и технологии в области транспортной безопасности.
2. Проведите оценку рисков и потребностей сотрудников, которые регулярно ездят в офис.
3. Разработайте рекомендации по использованию технологий для повышения безопасности (например, приложения для мониторинга дорожной обстановки, инструменты для отслеживания усталости водителя).
4. Внедрите пилотный проект и проанализируйте его результаты.
5. На основе полученных данных разработайте постоянную программу по повышению транспортной безопасности для всей компании.

### Assessment criteria (assessment tool — Case task)

Grade	Assessment criteria
pass	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки. Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме. Имеется минимальный набор навыков для



Grade	Assessment criteria
	решения стандартных задач с некоторыми недочетами
fail	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки. При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.

## 5.2. Description of scales for assessing learning outcomes in the discipline during interim certification

### Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено			зачтено			
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными и несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые	Имеется минимальный набор навыков для	Продemonстрированы базовые навыки при решении	Продemonстрированы базовые навыки при решении	Продemonстрированы навыки при решении	Продemonстрирован творческий подход к решению

	навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	навыки. Имели место грубые ошибки	решения стандартных задач с некоторым и недочетами	стандартных задач с некоторым и недочетами	стандартных задач без ошибок и недочетов	нестандартных задач без ошибок и недочетов	нестандартных задач
--	--	-----------------------------------	--	--	--	--	---------------------

### Scale of assessment for interim certification

Grade		Assessment criteria
pass	outstanding	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "outstanding", the knowledge and skills for the relevant competencies have been demonstrated at a level higher than the one set out in the programme.
	excellent	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "excellent",
	very good	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "very good",
	good	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "good",
	satisfactory	All the competencies (parts of competencies) to be developed within the discipline have been developed at a level no lower than "satisfactory", with at least one competency developed at the "satisfactory" level.
fail	unsatisfactory	At least one competency has been developed at the "unsatisfactory" level.
	poor	At least one competency has been developed at the "poor" level.

### 5.3 Model control assignments or other materials required to assess learning outcomes during the interim certification with the criteria for their assessment:

#### 5.3.1 Model assignments (assessment tool - Test) to assess the development of the competency ПК-4.1

Инструкция: Выберите один вариант ответа.

1. Что является целью психологического консультирования в IT-сфере?

1. Развитие навыков программирования
2. Повышение эффективности командной работы
3. Разрешение психологических проблем и стресса
4. Обучение новым информационным технологиям

2. Какой подход чаще всего используется в психологическом консультировании в IT-сфере?

1. Гештальт-терапия
2. Анализ транзакций
3. Позитивная психология
4. Когнитивно-поведенческая терапия

3. Какие навыки и компетенции важны у психологического консультанта в IT-сфере?

1. Технические знания в области информационных технологий
2. *Эмпатия и слушательные навыки*
3. Умение программировать на различных языках
4. Знание алгоритмов и структур данных

### 5.3.2 Model assignments (assessment tool - Test) to assess the development of the competency ДПК-4.4

Инструкция: Выберите один вариант ответа.

1. Что является основной целью коучинга работников в сфере информационных технологий?

1. Повышение профессиональных навыков
2. Улучшение коммуникации в команде
3. Развитие лидерских качеств
4. *Все вышеперечисленное*

2. Какая роль у коуча в процессе коучинга?

1. Предоставление готовых решений и советов
2. *Поддержка и стимулирование самоанализа*
3. Управление задачами и проектами
4. Все вышеперечисленное

3. Какие навыки развиваются в рамках коучинга?

1. Умение задавать эффективные вопросы
2. Навыки слушания и эмпатии
3. Умение устанавливать цели и планировать
4. *Все вышеперечисленное*

### 5.3.3 Model assignments (assessment tool - Test) to assess the development of the competency ДПК-4.5

- **Какая из перечисленных характеристик наиболее верна для трудовой деятельности специалистов IT-сферы?**
  - Обязательное нахождение в офисе
  - *Гибкий график работы*
  - Минимальная зависимость от технологий
- **Какая проблема наиболее часто встречается среди специалистов IT-сферы?**
  - Недостаток навыков программирования
  - *Профессиональное выгорание*
  - Избыток физической активности
- **Какой метод может помочь IT-специалистам в управлении своим рабочим временем?**
  - Увеличение количества проектов
  - *Использование трекеров времени*
  - Снижение количества перерывов
- **Какая из современных технологий саморегуляции может быть использована для снижения уровня стресса?**
  - Увеличение рабочих часов
  - *Приложения для медитации*

- Отказ от использования календаря
- **Какое из следующих решений может помочь IT-специалистам улучшить свои рабочие условия и здоровье?**
  - Работа без перерывов
  - Обеспечение эргономичного рабочего места
  - Увеличение рабочего времени до 12 часов в день

#### **Assessment criteria (assessment tool — Test)**

Grade	Assessment criteria
pass	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
fail	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»

### **5.3.4 Model assignments (assessment tool - Assignments) to assess the development of the competency ПК-4.1**

#### *Задание 1*

Оценить поведение и состояние специалиста IT-сферы.

#### *Задание 2*

Описать методы саморегуляции при работе в сфере IT.

#### *Задание 3*

Описать правила организации работы в виртуальной среде для коррекции психологического состояния специалиста IT-сферы.

### **5.3.5 Model assignments (assessment tool - Assignments) to assess the development of the competency ДПК-4.4**

#### *Задание 1*

Проведите сессию коучинга для IT-специалиста с целью определения его карьерных целей и разработки плана достижения.

#### *Задание 2*

Организируйте групповое обсуждение на тему развития лидерских навыков в IT-индустрии и помощи студентам в их развитии.

### Задание 3

Проведите тренинг по управлению временем и приоритетами для IT-специалистов.

#### Assessment criteria (assessment tool — Assignments)

Grade	Assessment criteria
pass	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
fail	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»

#### 5.3.6 Model assignments (assessment tool - Control questions) to assess the development of the competency ПК-4.1

1. Специфика трудовой деятельности в IT-сфере.
2. Особенности трудовой деятельности при гибком графике работы.
3. Психологические проблемы специалистов IT-сферы.
4. Теоретические основы оценки психологического состояния специалиста IT-сферы.
5. Теоретические основы оценки психофизиологического состояния специалиста IT-сферы.
6. Современные теоретические представления о поведении специалиста IT-сферы.
7. Современные теоретические представления о построении среды, в которой работает специалист IT-сферы.
8. Психофизиологические и психологические методы оценки состояния специалиста IT-сферы.
9. Способы организации консультативного процесса.
10. Методы оценки и оптимизации внешней среды.
11. Что такое психологическое консультирование и какие основные принципы оно включает?
12. Какие навыки и качества важны для психологического консультанта в сфере информационных технологий?
13. Какие основные проблемы и вызовы могут возникать у специалистов в сфере информационных технологий, требующие психологического консультирования?
14. Какие методы и подходы к психологическому консультированию эффективны для специалистов в сфере информационных технологий?
15. Какие стратегии помогают специалистам в сфере информационных технологий эффективно управлять стрессом и поддерживать свое психическое благополучие?
16. Как психологическое консультирование может помочь специалистам в сфере информационных технологий развивать свои профессиональные навыки и карьеру?
17. Какие этические вопросы могут возникать при психологическом консультировании в сфере информационных технологий и как с ними справляться?
18. Как психологическое консультирование специалистов в сфере информационных технологий может повлиять на их эффективность и продуктивность на работе?

19. Какие методы и техники психологического консультирования могут помочь специалистам в сфере информационных технологий улучшить коммуникацию и взаимодействие с коллегами и клиентами?
20. Как психологическое консультирование может помочь специалистам в сфере информационных технологий достичь баланса между работой и личной жизнью?
21. Какие основные модели и подходы к психологическому консультированию применяются при работе со специалистами в сфере информационных технологий?
22. Какие факторы могут повлиять на эффективность психологического консультирования в сфере информационных технологий и как их учитывать?
23. Какие навыки и методы самоуправления могут быть полезны специалистам в сфере информационных технологий для поддержания своего психического здоровья?
24. Какие ресурсы и инструменты психологической поддержки доступны специалистам в сфере информационных технологий?
25. Какие особенности и вызовы могут возникать при психологическом консультировании специалистов в сфере информационных технологий с разным уровнем опыта и навыков?
26. Какие стратегии и подходы могут помочь специалистам в сфере информационных технологий эффективно справляться с перегрузкой информацией и информационным шумом?
27. Какие методы и техники психологического консультирования могут помочь специалистам в сфере информационных технологий развивать свои лидерские навыки и управлять командами?
28. Как психологическое консультирование специалистов в сфере информационных технологий может помочь улучшить их способность к инновационному мышлению и решению проблем?
29. Какие тенденции и изменения в сфере информационных технологий могут потребовать от специалистов психологической поддержки и консультирования?
30. Какие факторы и стратегии могут способствовать успешному психологическому консультированию специалистов в сфере информационных технологий?

### **5.3.7 Model assignments (assessment tool - Control questions) to assess the development of the competency ДПК-4.4**

1. Что такое коучинг и какие принципы лежат в его основе?
2. Какие основные навыки и качества необходимы коучу, работающему с специалистами в сфере информационных технологий?
3. Какие основные преимущества коучинга для специалистов в сфере информационных технологий?
4. Какие типичные вызовы и проблемы могут возникать у специалистов в сфере информационных технологий, требующие коучингового подхода?
5. Какие методы и инструменты коучинга эффективны при работе с специалистами в сфере информационных технологий?
6. Какие стратегии помогают специалистам в сфере информационных технологий развивать свои профессиональные навыки и карьеру через коучинг?
7. Какие этические вопросы могут возникать при проведении коучинга в сфере информационных технологий и как с ними справляться?
8. Как коучинг специалистов в сфере информационных технологий может помочь им лучше понять и управлять своими эмоциями и стрессом?
9. Какие методы и подходы коучинга могут помочь специалистам в сфере информационных технологий улучшить свои коммуникационные навыки?
10. Как коучинг может помочь специалистам в сфере информационных технологий балансировать работу и личную жизнь?
11. Какие основные модели и подходы к коучингу применяются при работе со специалистами в сфере информационных технологий?

12. Как влияет коучинг на эффективность и продуктивность специалистов в сфере информационных технологий?
13. Какие факторы могут влиять на успешность коучинга в сфере информационных технологий и как их учитывать?
14. Какие навыки саморазвития и самоуправления могут быть полезны специалистам в сфере информационных технологий через коучинг?
15. Какие ресурсы и инструменты доступны для поддержки коучингового процесса в сфере информационных технологий?
16. Как коучинг специалистов в сфере информационных технологий может помочь им развивать свои лидерские навыки и управлять командами?
17. Какие стратегии и методы коучинга эффективны при работе с межличностными конфликтами в сфере информационных технологий?
18. Как коучинг специалистов в сфере информационных технологий может помочь им развивать креативное мышление и инновационность?
19. Какие вызовы и проблемы могут возникать при проведении коучинга в виртуальной среде для специалистов в сфере информационных технологий?
20. Какие методы и подходы коучинга могут помочь специалистам в сфере информационных технологий достигать баланса между индивидуальными и организационными целями?
21. Какие основные принципы и задачи консалтинга в сфере информационных технологий?
22. Какие навыки и компетенции необходимы консультанту, работающему с руководителями в сфере информационных технологий?
23. Какие основные вызовы и проблемы могут возникать у руководителей в сфере информационных технологий, требующие консультационной поддержки?
24. Какие методы и инструменты консалтинга эффективны при работе с руководителями в сфере информационных технологий?
25. Как консалтинг может помочь руководителям в сфере информационных технологий разрабатывать и реализовывать стратегии развития компании?
26. Какие этические вопросы могут возникать при проведении консалтинговых проектов в сфере информационных технологий и как с ними справляться?
27. Какие методы и подходы консалтинга могут помочь руководителям в сфере информационных технологий улучшить эффективность своего руководства и коммуникацию с командой?
28. Какие стратегии и методы консалтинга эффективны при управлении изменениями в сфере информационных технологий?
29. Какие факторы могут влиять на успешность консалтинговых проектов в сфере информационных технологий и как их учитывать?
30. Какие ресурсы и инструменты доступны для поддержки консалтингового процесса в сфере информационных технологий?

#### **Assessment criteria (assessment tool — Control questions)**

Grade	Assessment criteria
pass	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
fail	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

Основная литература:

1. Немов Р. С. Психологическое консультирование : учебник / Р. С. Немов. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 440 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-02549-1. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=843630&idb=0>.
2. Хухлаева О. В. Групповое психологическое консультирование : учебное пособие / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. - Москва : Юрайт, 2023. - 195 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-08434-4. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=846876&idb=0>.
3. Камалетдинова З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учебное пособие / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2023. - 211 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-08880-9. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=842822&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Ключева Н. В. Этика в психологическом консультировании : учебник / Н. В. Ключева, Е. Г. Руновская, А. Б. Армашова ; под редакцией Н. В. Ключевой. - Москва : Юрайт, 2023. - 186 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-13644-9. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=844533&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Интернет-ресурсы:

1. <http://рпо.рф/> - Сайт Российского психологического общества. Содержит материалы по многим направлениям психологии.
2. <http://www.ipras.ru> - Сайт Института психологии РАН.
3. <http://www.mtu-net.ru> - Ресурс, созданный сотрудниками Психологического института им. Л.Г. Щукиной.
4. <http://psyberia.ru/> - Образовательный психологический проект. Представлены разнообразные информационные материалы по многим направлениям психологии.
5. <http://psyjournals.ru/> - Крупнейший в Интернете Портал психологических изданий.
6. <http://www.psystudy.com/> - Мультидисциплинарный научный психологический интернет-журнал "Психологические исследования" публикует оригинальные статьи по различным отраслям психологии.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.



Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 37.04.01 - Psychology.

Author(s): Демарева Валерия Алексеевна, кандидат психологических наук.

Заведующий кафедрой: Голубин Роман Викторович, кандидат исторических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 17.12.2023, протокол № 7.