

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 19.02.2026  
Уникальный программный ключ:  
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации  
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)  
Федерального государственного автономного образовательного учреждения  
высшего образования

«Уральский государственный педагогический университет»

Факультет психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии и педагогики дошкольного и начального образования

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Б1.В.01.ДВ.01.01 «СПОСОБЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»**

Направление подготовки	44.03.02	Психолого-педагогическое образование
Профиль подготовки	Практическая психология и педагогика	
Автор(ы)	Ю. В. Скоробогатова, к. пед. н.	

Одобрена на заседании кафедры психологии и педагогики дошкольного и начального образования. Протокол от 19 февраля 2026 г. № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности методической комиссией факультета психолого-педагогического образования. Протокол от 24 февраля 2026 г. № 3.

Нижний Тагил  
2026

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

*Цель:* формирование системы знаний в области психологической профилактики и профессионально-психологического мышления, обеспечивающих создание теоретического фундамента профессиональной компетентности бакалавра в области психолого-педагогического образования.

*Задачи:*

1. Овладеть системой знаний в области психологической профилактики и выработать умения применять их в педагогической деятельности.
2. Способствовать развитию умения использовать методы и технологии психологической профилактики в образовании.
3. Формировать представления о формах и методах психологического просвещения субъектов образовательного процесса по вопросам психопрофилактики, сохранения и укрепления психологического здоровья.

*Задачи прикладного характера:*

1. Формирование умений применять методы и приемы психологической профилактики в условиях образовательного процесса.
2. Развитие способности осуществлять психологическое просвещение субъектов образовательного процесса по вопросам психопрофилактики.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Способы психологической профилактики» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль «Практическая психология и педагогика». Дисциплина реализуется на факультете психолого-педагогического образования кафедрой психологии и педагогики дошкольного и начального образования. Дисциплина входит в предметно-методический модуль «Коррекционно-развивающая деятельность и консультирование» и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, как курс по выбору.

Курс «Способы психологической профилактики» строится с опорой на знания, полученные студентами в процессе изучения следующих дисциплин:

1. Клиническая психология детей и подростков.
2. Психолого-педагогические технологии работы с детьми раннего и дошкольного возраста.
3. Психолого-педагогические технологии работы с младшими школьниками.
4. Психолого-педагогические технологии работы с подростками и молодежью.
5. Психолого-педагогическое взаимодействие участников образовательных отношений

Курс тесно связан с другими дисциплинами, для которых его освоение необходимо как предшествующее:

1. Психолого-педагогическое сопровождение семей с детьми группы риска.
2. Практикум по коррекции детско-родительских отношений.
3. Психология девиантного поведения.

## 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Дескрипторы
ПК-5. Способен	ПК-5.1. Знает задачи и принципы,	<b>Знает</b> задачи и принципы,

<p>осуществлять просветительскую деятельность в образовательных учреждениях с целью повышения психологической компетентности участников образовательного процесса</p>	<p>содержание, формы, приемы и методы психологического просвещения в образовательных учреждениях с целью повышения психологической компетентности участников образовательного процесса</p>	<p>содержание, формы, приемы и методы психологического просвещения с целью повышения психологической и социальной компетентности участников образовательного процесса</p>
		<p><b>Умеет</b> применять принципы, содержание, формы, приемы и методы психологической профилактики с целью повышения психологической компетентности участников образовательного процесса</p>
		<p><b>Владеет</b> методами психологической профилактики для повышения психологической компетентности участников образовательного процесса</p>
	<p>ПК-5.2. Умеет выявлять и оценивать потребности потенциальной аудитории; осуществлять продуктивное взаимодействие с различными категориями субъектов образовательного процесса, использовать современные методы, формы и средства в просветительской деятельности и психологическом просвещении</p>	<p><b>Знает</b> способы продуктивного взаимодействия с различными категориями субъектов образовательного процесса</p>
		<p><b>Умеет</b> осуществлять продуктивное взаимодействие с различными категориями субъектов образовательного процесса в профилактической работе; использовать современные методы, формы и средства просветительской деятельности</p>
	<p>ПК-5.3. Владеет умениями пропаганды психологических знаний, активными методами социально- психологического обучения в процессе психолого-педагогического просвещения и образования, технологиями развития психологической культуры слушателей</p>	<p><b>Знает</b> методы социально-психологического обучения в процессе психопрофилактики и просвещения субъектов образования</p>
<p><b>Умеет</b> осуществлять пропаганду психологических знаний, социально-психологическое обучение в процессе психопрофилактики и психолого-педагогического просвещения и образования, технологиями развития психологической культуры слушателей</p>		
<p><b>Владеет</b> технологиями развития психологической культуры субъектов образования в процессе психологической профилактики; умениями распространять психологические и социальные знания</p>		

ПК-6. Способен планировать и реализовывать мероприятия, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья субъектов образовательного процесса	ПК-6.1. Знает основы обеспечения психологической безопасности обучающихся в образовательном процессе; приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными особенностями их развития; технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды	<b>Знает</b> приемы организации совместной и индивидуальной профилактической деятельности обучающихся в соответствии с возрастными особенностями их развития; технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды при организации психологической профилактики
		<b>Умеет</b> транслировать основы обеспечения психологической безопасности обучающихся в образовательном процессе
		<b>Владеет</b> умениями организовывать профилактические мероприятия с учетом безопасности и комфортности образовательной среды
	ПК-6.2. Умеет использовать приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными особенностями их развития; разрабатывать психологические рекомендации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся	<b>Знает</b> приемы организации совместной и индивидуальной профилактической работы
		<b>Умеет</b> применять приемы организации совместной и индивидуальной консультативной работы
		<b>Владеет</b> навыками разработки психологических рекомендаций, направленных на сохранение и укрепление психологического здоровья субъектов образования
ПК 6.3. Готов планировать и реализовывать мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья субъектов образовательного процесса		<b>Знает</b> требования к планированию и реализации мероприятий по психологической профилактике
		<b>Умеет</b> планировать и реализовывать мероприятий по психологической профилактике, способствующее сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса
		<b>Владеет</b> технологиями планирования и реализации мероприятий по психологической профилактике, способствующими сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зач. е (144 ч.), семестр изучения – 8, распределение по видам нагрузки представлено в таблице.

Вид работы	Форма обучения
	очная
<b>Общая трудоемкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>144</b>
<b>Контактная работа</b> , в том числе:	<b>30</b>
Лекции	12
Практические занятия	18
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>87</b>
Подготовка к экзамену в 8 семестре	27

#### 4.2.1. Учебно-тематический план дисциплины (очная форма обучения)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа		Самост. работа	Оценочные средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточной аттестации
		Лекции	Практич. занятия			
1. Психологическая профилактика как направление работы психолога	14	2	2	17	Устный и письменный ответ	Итоговый тест Вопросы к экзамену
2. Содержание профилактической деятельности педагога-психолога	14	2	4	17	Устный и письменный ответ	
3. Профилактика школьной дезадаптации	15	2	4	17	Устный и письменный ответ	
4. Профилактика отклоняющегося поведения	28	2	4	18	Тест-опрос Устный и письменный ответ	
5. Формы и методы профилактической работы в образовании	28	4	4	18	Устный и письменный ответ	
Подготовка и сдача экзамена	27	-	-	27		
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>144</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>114</b>		

Типовые задания для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, критерии и шкалы оценивания, а также методические рекомендации для обучающихся представлены в приложении к рабочей программе дисциплины.

#### 4.3. Содержание дисциплины

##### Тема 1. Психологическая профилактика как направление работы психолога

Сущность понятий «профилактика», «психопрофилактика». Профилактика как система мер, направленных на обеспечение высокого уровня здоровья и предупреждение болезней. Психологическая профилактика как система мер, направленных на предупреждение психических заболеваний и их хронизации. Психопрофилактика и психогигиена.

Психопрофилактика как направление деятельности педагога-психолога, направленное на сохранение, укрепление и развитие психологического здоровья субъектов образования.

Уровни профилактики. Задачи первичной, вторичной и третичной профилактики.  
Профессиональные компетенции педагога-психолога, способствующие психологической профилактике в образовательной организации

## **Тема 2. Содержание профилактической деятельности педагога-психолога**

Проектирование образовательной среды как условие психологической профилактики. Характеристика образовательной среды и образовательного пространства. Школьная среда. Экспертиза образовательной среды. Проектирование комфортной и безопасной образовательной среды.

Психодиагностические процедуры в системе профилактической деятельности. Определение рисков и угроз в образовательной среде. Средства психологической диагностики. Виды психологической диагностики в системе профилактики. Мониторинг развития обучающихся как условие проектирования профилактической работы в образовательной организации. Клинико-ориентированная диагностика.

Основные направления психологической профилактики в образовательных учреждениях. Нормативно-правовая основа профилактической деятельности психолога (Федеральный Закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»).

Физическое и психическое здоровье как объекты профилактической деятельности. Отношение к своему здоровью субъектов образовательного процесса. Сохранение физического и психического здоровья. Методы формирования отношения к своему здоровью как ценности.

Профилактика психосоматических и невротических расстройств у детей. Профилактика психоэмоциональных нарушений у педагогов. Своевременное выявление нарушений эмоционального реагирования. Профессиональное выгорание педагога и его профилактика в образовательных учреждениях.

## **Тема 3. Профилактика школьной дезадаптации**

Понятие адаптации. Виды адаптации. Критерии адаптированности. Причины и проявления школьной дезадаптации. Профилактика школьной дезадаптации с учетом ее причин и характера проявлений. Проектирование программ профилактики школьной дезадаптации. Психолого-педагогическое сопровождение деятельности педагогов и родителей в период адаптации обучающегося к новым условиям.

Школьные объектные страхи младших школьников как причина дезадаптации. Диагностика школьной тревожности. Содержание психопрофилактической работы с педагогами, родителями и обучающимися по проблеме школьной тревожности. Семинары для учителей, родительские собрания в контексте психопрофилактики школьной тревожности. Программы групповой развивающей работы психолога с детьми разного возраста (первоклассниками, пятиклассниками, восьмиклассниками), характеризующимися высоким уровнем школьной тревожности (А. В. Микляева, П. В. Румянцева). Профилактика школьной тревожности в период подготовки и сдачи итоговой аттестации в форме ОГЭ и ЕГЭ.

## **Тема 4. Профилактика отклоняющегося поведения**

Виды отклоняющегося поведения. Причины формирования и проявления девиаций в поведении. Психологические особенности детей и подростков с диванным поведением. Направления психологической профилактики девиантного поведения у детей и подростков.

Рекомендации по профилактике отклоняющегося поведения в «Навигаторе профилактики девиантного поведения». Профилактика суицидального поведения. Профилактика агрессивного поведения. Профилактические мероприятия по предупреждению агрессивного поведения и школьной травли (буллинг и кибербуллинг). Профилактика ксенофобии и экстремизма у молодежи. Организация профилактической работы при выявлении признаков отклоняющегося поведения.

Природа зависимого поведения. Виды зависимостей. Причины, факторы, маркеры зависимого поведения и условия его профилактики. Профилактика алкогольной зависимости у подростков. Профилактика наркотической зависимости. Взаимодействие образовательной организации и родителей по профилактике зависимого поведения детей и подростков. Профилактика созависимого поведения.

### **Тема 5. Формы и методы профилактической работы в образовании**

Укрепление психологической устойчивости как главная цель психопрофилактики. Сущность понятий «гармония личности», «целостность», «интегрированность». Согласованность планов бытия: пространства, времени, энергии личности. Физическое, витальное, социальное, духовное пространство личности. Перечень интеракционных чувств личности. Духовное бытие и смысл жизни личности. Понятие «духовность» в психологии. Цели традиционных религий и деструктивных культов. Основные жизненные процессы личности: функционирование, саморегуляция, развитие, адаптация. Субъективное настроение и благополучие личности. Саногенный потенциал (ресурсы) личности: укрепление психологической устойчивости личности, самостоятельность, отношение к действительности, устранение расстраивающих установок, осмысленность бытия, целительная самонастройка, саморазвитие, коррекция самооценки, уверенность в себе, коррекция настроения, контроль эмоций.

Стратегии и технологии профилактической работы. Методы психопрофилактики. Психотехнологии. Проектирование, моделирование как стратегии профилактической работы педагога-психолога в образовании.

Метод решения проблем (Д. Тилли). Ресурсы, необходимые для решения проблем.

Использование методов арт-терапии в целях психологической профилактики. Использование ментальных упражнений, метода аутогенной тренировки, метода визуализации в целях психологической профилактики. Метод библиотерапии в психологической профилактике. Методы психологического просвещения участников образовательных отношений.

Метод снятия напряженности во взаимоотношениях (А. А. Леонов, В. И. Лебедев). Ведение дневниковых записей.

## **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1. Перечень основной и дополнительной литературы**

#### **Основная литература**

1. Психопрофилактика и психологическое просвещение в образовательной среде : учебник для вузов / под редакцией Д. В. Наумовой. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14817-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/588911> (дата обращения: 24.03.2026).

2. Хухлаева, О. В. Психологическая служба в образовании. Школьный психолог : учебник для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06780-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598798> (дата обращения: 24.03.2026).

#### **Дополнительная литература**

1. Водопьянова, Н. Е. Стресс-менеджмент : учебник для вузов / Н. Е. Водопьянова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 283 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-534-06475-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585356> (дата обращения: 24.03.2026).

2. Овчарова, Р. В. Социально-педагогическая запущенность детей и подростков : учебник для вузов / Р. В. Овчарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 394 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13387-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/588260> (дата обращения: 24.03.2026).

3. Печеркина, А. А. Профессиональное здоровье педагога : учебник для вузов / А. А. Печеркина, М. Г. Синякова, Н. И. Чуракова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09861-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/586191> (дата обращения: 24.03.2026).

4. Решетников, М. М. Психическая саморегуляция. Первая и вторая ступени : учебник для вузов / М. М. Решетников. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 238 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06243-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/586203> (дата обращения: 24.03.2026).

5. Профилактика девиантного поведения : учебник для вузов / И. Ю. Тарханова, В. Н. Гурьянчик, Т. В. Макеева, О. Н. Монахов. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 278 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20143-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/590401> (дата обращения: 25.03.2026).

6. Профилактика экстремизма в молодежной среде : учебник для вузов / под общей редакцией А. В. Мартыненко, Л. А. Потаповой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 297 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16077-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585815> (дата обращения: 24.03.2026).

7. Психологическая диагностика в образовании. Профилактика склонности к экстремизму : учебник для вузов / Р. В. Кадыров, Т. В. Капустина, Е. В. Садон, А. С. Эльзесер. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 139 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18067-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/590315> (дата обращения: 24.03.2026).

## 5.2. Электронные образовательные ресурсы, в т.ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<a href="https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/">https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/</a>	Электронно-библиотечные системы НТГСПИ
<a href="https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/">https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/</a>	Электронные базы данных НТГСПИ
<a href="https://www.ntspi.ru/library/periodika/">https://www.ntspi.ru/library/periodika/</a>	Периодика НТГСПИ
<a href="https://iprmedia.ru">https://iprmedia.ru</a>	ЭБС «Ай Пи Эр Медиа»
<a href="https://ibooks.ru">https://ibooks.ru</a>	ЭБС «Айбукс»
<a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭБС Юрайт
<a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a>	ЭБС издательства «ЛАНЬ»
<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
<a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>	«КонсультантПлюс»
<a href="http://cyberleninka.ru">http://cyberleninka.ru</a>	НЭБ «КиберЛенинка»
<a href="https://polpred.ru">https://polpred.ru</a>	ООО «Полпред-Справочники» (база данных)

<a href="https://eivis.ru">https://eivis.ru</a>	ООО «ИВИС»
<a href="http://www.delpress.ru">www.delpress.ru</a>	«Деловая пресса»

### 5.3. Комплект программного обеспечения

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntspi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда УрГПУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).
5. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».
6. Microsoft Office.
7. Kaspersky Endpoint Security.
8. Adobe Reader.
9. Free PDF Creator.
10. 7-zip (<http://www.7-zip.org/>).
11. LibreOffice.
12. Браузеры Firefox, Яндекс.Браузер.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Помещения

Помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

### 6.2. Оборудование и технические средства обучения

#### 6.2.1. Оборудование, в т.ч. специализированное

Стационарный компьютер или ноутбук, проектор для показа слайдов и видео, акустические колонки.

#### 6.2.2. Технические средства обучения

Презентации лекций, видео-презентации, видео-лекции, учебные кинофильмы, аудиозаписи, онлайн-платформы.

#### 6.2.3. Учебные и наглядные пособия

Печатные и электронные учебные пособия и наглядный материал: графические изображения, схемы, таблицы, раздаточный материал.