

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова  
Географический факультет

УТВЕРЖДАЮ  
Декан географического факультета,  
академик РАН Добролюбов С.А.

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
ПСИХОЛОГИЯ**

---

**Уровень высшего образования:**  
*бакалавриат*

---

**Направление подготовки:**  
**43.03.02 «Туризм»**

---

**Направленность (профиль) ОПОП:**  
**«Туризм»**

---

**Форма обучения:**  
**очная**

---

Рабочая программа рассмотрена и одобрена  
*Учебно-методической комиссией географического факультета*  
(протокол №18, дата 22.11.2022)

Москва 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана в соответствии с самостоятельно установленным МГУ образовательным стандартом (ОС МГУ) для реализуемых основных профессиональных образовательных программ высшего образования по направлению подготовки «Туризм» (программы бакалавриата, магистратуры, реализуемым последовательно по схеме интегрированной подготовки).

ОС МГУ утвержден решением Ученого совета МГУ №1044 от 30 августа 2019 года

Год (годы) приема на обучение: 2019

© Географический факультет МГУ имени М.В. Ломоносова

*Программа не может быть использована без разрешения факультета.*

1. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП — относится к базовой части ОПОП, является обязательной для освоения.
2. Входные требования для освоения дисциплины (модуля): «Философия», «История», «Русский язык и культура речи», «Основы туристской деятельности», «Организация деятельности туроператорских и турагентских предприятий».
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с требуемыми компетенциями выпускников

Компетенции выпускников (коды)	Индикаторы (показатели) достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), сопряженные с компетенциями
УК-5.Б ( <i>формируется частично</i> ) Способен осуществлять социальное и профессиональное взаимодействие для реализации своей роли в команде и достижения командных целей и задач	УК-5.Б.1. Осуществляет социальное и профессиональное взаимодействие для реализации своей роли в команде и достижения командных целей и задач	<b>Знать:</b> законы социального и профессионального взаимодействия. <b>Уметь:</b> реализовывать свою роль в команде и достижение командных целей и задач. <b>Владеть:</b> навыками социального и профессионального взаимодействия.
УК-11.Б ( <i>формируется частично</i> ) Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-11.Б.1. Управляет своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<b>Знать:</b> основные принципы образования в течение всей жизни. <b>Уметь:</b> управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траектории саморазвития. <b>Владеть:</b> навыками целеполагания

<p>ПК-5.Б (формируется частично) Способность внедрять международные, национальные, отраслевые и корпоративные стандарты, обеспечивающие качество и нормы безопасности комплексного туристского обслуживания на предприятиях туристской индустрии, в ходе реализации туристских продуктов и отдельных туристских и рекреационных услуг; эффективное партнерское взаимодействие с производителями и потребителями туристских продуктов и услуг.</p>	<p>ПК-5.Б.1. Способен внедрять международные, национальные, отраслевые и корпоративные стандарты, обеспечивающие качество и нормы безопасности комплексного туристского обслуживания на предприятиях туристской индустрии, в ходе реализации туристских продуктов и отдельных туристских и рекреационных услуг; эффективное партнерское взаимодействие с производителями и потребителями туристских продуктов и услуг.</p>	<p><b>Знать:</b> международные, национальные, отраслевые и корпоративные стандарты. <b>Уметь:</b> внедрять международные, национальные, отраслевые и корпоративные стандарты, обеспечивающие качество и нормы безопасности комплексного туристского обслуживания на предприятиях туристской индустрии. <b>Владеть:</b> навыками эффективного партнерского взаимодействия с производителями и потребителями туристских продуктов и услуг.</p>
---	--	--

4. Объем дисциплины (модуля) 3 з.е., в том числе 39 академических часов на контактную работу обучающихся с преподавателем, 69 академических часа на самостоятельную работу обучающихся.

5. Формат обучения не предполагает электронного обучения и использования дистанционных образовательных технологий (за исключением форс-мажорных обстоятельств – пандемии и т.п.).

6. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и виды учебных занятий

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины (модуля),	Всего (часы)	В том числе	
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем) <i>Виды контактной работы, часы*</i>	Самостоятельная работа обучающегося <i>Виды самостоятельной работы, часы</i>
Форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)			

		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации	<b>Всего</b>	Работа с литературой	Подготовка реферата	<b>Всего</b>	
Тема 1. Введение в психологию туристической деятельности	<b>13</b>	1	3	-	-	<b>4</b>	5	4	<b>9</b>	
Тема 2. Методы исследования в современной психологии	<b>13</b>	1	3	-	-	<b>4</b>	5	4	<b>9</b>	
Тема 3. Групповые методы работы.	<b>13</b>	1	3	-	-	<b>4</b>	5	4	<b>9</b>	
Тема 4. Активные и интерактивные методы и формы.	<b>13</b>	2	3	-	-	<b>5</b>	4	4	<b>8</b>	
Тема 5. Профессиональная деятельность и карьера в сервисной сфере.	<b>13</b>	2	3	-	-	<b>5</b>	4	4	<b>8</b>	
Тема 6. Психологическое здоровье как условие осуществления профессиональной деятельности	<b>13</b>	2	3	-	-	<b>5</b>	4	4	<b>8</b>	
Тема 7. Критические ситуации и их преодоление.	<b>13</b>	2	4	-	-	<b>6</b>	3	4	<b>7</b>	
Тема 8. Стиль саморегуляции и его формирование	<b>14</b>	2	4	-	-	<b>6</b>	4	4	<b>8</b>	
Промежуточная аттестация: зачет	<b>3</b>	<b>Устный зачет</b>						3		<b>3</b>
<b>Итого</b>	<b>108</b>	<b>13</b>	<b>26</b>			<b>39</b>	<b>37</b>	<b>32</b>	<b>69</b>	

## Содержание лекций, семинаров

### Содержание лекций

#### Тема 1. Введение в психологию туристической деятельности.

Роль дисциплины «Психологический практикум» в подготовке специалистов сферы туризма. Жизненный опыт и знание психологических фактов. Эмпирическая основа осмысления психологических явлений: фактов внутреннего, субъективного опыта. Роль психологических знаний в профессиональной деятельности специалиста сферы туризма. Психологическая компетентность, ее

характеристики и составляющие. Пути и средства формирования психологической компетентности. Предмет и задачи психологического практикума.

### **Тема 2. Методы исследования в современной психологии.**

Источники, принципы и методы психологических знаний. Источники психологических знаний: опыт общения, опыт деятельности, рефлексия. Психодиагностика и ее методы. Тест как основной инструмент психодиагностики. Области практического применения психодиагностики. Системный психологический портрет личности. Диагностика познавательных процессов. Сильные и слабые стороны интеллекта. Креативная составляющая личности. Продукт творчества и его характеристики. Специфика продукта в сфере туризма.

### **Тема 3. Групповые методы работы.**

Методы воздействия как основа профессионального мастерства. Возрастание роли коллективных форм деятельности. Культурно-деятельностная парадигма в психологии. Методы социально-психологического воздействия. Исследовательская, диагностическая и воздействующая направленность метода. Коммуникативная компетентность. Процессы коммуникации в групповых методах. Консультант, основные методы его работы с группой. Модератор, требования к личности модератора. Фалиситатор, особенности его работы с группой.

### **Тема 4. Активные и интерактивные методы и формы.**

Категория деятельности в психологии. Психология и «искусственный интеллект». Активные формы как основа «принятия знания и его переработки». Циклическая четырехступенчатая модель обучения и переработки человеком новой информации Д. Колба. Методы тренинговой работы. Дискуссия. Дебаты. Мозговой штурм. Методы групповой оценки. Специфика использования активных и интерактивных методов и форм в работе специалиста сферы туризма.

### **Тема 5. Профессиональная деятельность и карьера в сервисной сфере.**

Работа с клиентами: благоприятный психологический климат; специфика взаимодействия; выявление потребностей и презентация услуг. Психология карьерного успеха: этапы профессиональной деятельности и карьерные стратегии в сфере сервиса. Профессиональное общение и его оптимизация. Междисциплинарный статус проблемы личности в гуманитарных науках. Движущие силы и механизмы развития человека. Роль среды и наследственности в развитии личности. Социальная ситуация развития, возрастные кризисы и проблема периодизации процесса становления личности. Социализация как механизм формирования личности.

### **Тема 6. Психологическое здоровье как условие осуществления профессиональной деятельности.**

Психологическое здоровье, психическое здоровье, душевное здоровье. Признаки психического здоровья личности. Медико-юридические и философско-психологические аспекты душевного здоровья. Представления о жизненных стилях на Востоке и на Западе. Саморегуляция психических состояний. Психологическое благополучие. Деформация душевного здоровья: факторы и причины.

Пограничные состояния психики. Техники и технологии психологического здоровья. Решение психогигиенических задач как путь укрепления душевного здоровья в условиях современной культуры. Принципы мудрого отношения к жизни. Способы профилактики зависимого поведения.

### **Тема 7. Критические ситуации и их преодоление.**

Уровни, виды и типы конфликтов в сервисной сфере. Причины конфликтов и их предотвращение. Общение по телефону и Интернету. Работа в режиме дедлайна. Фрустрационное поведение. Прокрастинация. Синдром опустошения. Стресс и его причины. Стресс, невроз, фобии. Профессиональные стрессы и конфликты. Стили реагирования в стрессовых ситуациях. Способы справиться со стрессом. Кризисные, чрезвычайные и экстремальные ситуации. Типы личности и модели поведения в нестандартных ситуациях.

### **Тема 8. Стиль саморегуляции и его формирование.**

Психологическая компетентность как условие оптимизации профессиональной деятельности специалиста сферы туризма. Понятие, функции и уровни развития саморегуляции поведения. Преодоление стрессовых ситуаций. Стратегии реагирования на стрессогенные ситуации. Методика «Стиль саморегуляции поведения». Концепции индивидуальных стилей саморегуляции. Основные защитные механизмы «снижения тревоги». Основные методы психической регуляции и саморегуляции. Совладание и переживание. Моббинг и пути его преодоления. Психотерапевтические техники и технологии. Психологическая помощь и самопомощь.

#### *План проведения семинаров*

1. Обсуждение роли дисциплины «Психология» в подготовке специалистов сферы туризма.
2. Обсуждение методов исследования в современной психологии.
3. Обсуждение групповых методов работы.
4. Обсуждение активных и интерактивных методов и форм.
5. Обсуждение проблем психологического здоровья как условия осуществления профессиональной деятельности.

7. Фонд оценочных средств для оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю):

#### *Примерные темы для рефератов*

1. Приемы психологического взаимодействия с разными возрастными группами.
2. Приемы и техники снятия напряжения в групповой работе.
3. Использование возможностей воркшопа в групповой работе.
4. Возможности тренинга и требования к его проведению.
5. Программа эмпирического исследования: теоретический и процедурный разделы.
6. Количественные методы психолого-педагогического исследования, их характеристика и области применения.

7. Качественные методы психолого-педагогического исследования, их характеристика и области применения.
8. Исследовательское поведение как составляющая компетентности современного менеджера.
9. Типология ошибочных групповых решений и факторы их возникновения.
10. Модели коммуникативного воздействия и проблема специфических коммуникативных барьеров.
11. Публичное выступление как модель воздействия на аудиторию.
12. Коммуникативная компетентность. Процессы коммуникации в групповых методах.
13. Консультант, основные методы его работы с группой.
14. Модератор, требования к личности модератора.
15. Фалиситатор, особенности его работы с группой.
16. Циклическая четырехступенчатая модель обучения и переработки человеком новой информации Д. Колба.
17. Методы тренинговой работы: дискуссия.
18. Психодиагностика: ее возможности, области применения.
19. Психологические состояния, психологические свойства и отношения. Их проявление в профессиональной деятельности.
20. Профессиональные стрессы и конфликты.
21. Общение по телефону и Интернету.
22. Синдром опустошения.
23. Стресс и его причины. Стресс, невроз, фобии.
24. Стратегии реагирования на стрессогенные ситуации.
25. Типы личности и модели поведения в нестандартных ситуациях.
26. Психологическая компетентность и ее составляющие.
27. Кризисные, экстремальные и чрезвычайные ситуации.
28. Основные защитные механизмы «снижения тревоги».
29. Основные методы психической регуляции.
31. Основные методы психической саморегуляции.
32. Совладание и переживание.
33. Моббинг и пути его преодоления.
34. Психотерапевтические техники и технологии.
35. Психологическая помощь.
36. Психологическая самопомощь.
37. Стиль саморегуляции и его формирование.



*Примерный перечень вопросов к зачету*

1. Психодиагностика как самостоятельное направление в психологической науке.
2. Основные сферы приложения психодиагностики.
3. Инструментарий психодиагностики. Специфика его выбора. Условия его применения.
4. Диагностика в работе менеджера сферы туризма.
5. Методы психологического воздействия.
6. Коммуникативная компетентность и процессы коммуникации в групповых методах.
7. Консультант – основные методы работы с группой.
8. Модератор – требования к личности.
9. Фалиситатор – особенности работы с группой
10. Активные формы как основа «принятия знания и его переработки».
11. Воркшоп. Принципы организации работы.
12. Возможности тренинговой работы и ее методы.
13. Публичное выступление как форма воздействия на аудиторию и способ ее активизации.
14. Понятие, типы и виды профессиональной пригодности.
15. Субъективные и объективные признаки профессиональной пригодности.
16. Понятие профессионализма. Профессионализм деятельности и личности.
17. Профессионально-важные качества (понятие, значение, виды, особенности формирования)
18. Знания, умения и навыки специалиста-профессионала
19. Ценности как регулятор труда.
20. Мотивация труда.
21. Профессиональное самосознание. Индивидуальный стиль деятельности
22. Понятие психического здоровья.
23. Истоки психологического благополучия взрослого человека.
24. Душевное здоровье как динамическая характеристика индивидуальности.
25. Влияние современной культуры на душевное здоровье.
26. Социально-психологические аспекты душевного здоровья.
27. Критическая ситуация. Кризис. Чрезвычайная ситуация. Экстремальная ситуация.
28. Стресс, невроз, фобии.
29. Профессиональные стрессы и конфликты, Синдром опустошения.
30. Понятие профессиональной деформации личности.
31. Способы профилактики и преодоления деформаций.
32. Психологическая компетентность.

33. Совладание и переживание. Стили реагирования на стрессовые ситуации.
34. Моббинг и пути его преодоления.
35. Психотерапевтические техники и технологии.
36. Личный иммунитет безопасности.

### Шкала и критерии оценивания

Промежуточная аттестация — *устный зачет.*

Оценка РО и соответствующие виды оценочных средств	Незачет	Зачет
<b>Знания</b> (виды оценочных средств: <i>устный опрос, реферат</i> )	Фрагментарные знания или отсутствие знаний	Сформированные систематические знания или общие, но не структурированные знания
<b>Умения</b> (виды оценочных средств: <i>устный опрос, реферат</i> )	В целом успешное, но не систематическое умение или отсутствие умений	Успешное и систематическое умение или в целом успешное, но содержащее отдельные пробелы умение (допускает неточности не принципиального характера)
<b>Навыки (владения, опыт деятельности)</b> (виды оценочных средств: <i>устный опрос, реферат</i> )	Наличие отдельных навыков или отсутствие навыков	Сформированные навыки (владения), применяемые при решении задач или, в целом, сформированные навыки (владения), но используемые не в активной форме

### 8. Ресурсное обеспечение

- Перечень основной и дополнительной учебной литературы:

*Основная литература:*

1. Коноваленко М.Ю. Психология общения. Учебник – 2. изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2020. – 476 с.
2. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. - СПб.: Питер. – 2019 – 592 с.
3. Немов, Р. С. Психология в 2 ч. Часть 1: учебник для вузов — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. — 243 с.
4. Немов, Р. С. Психология в 2 ч. Часть 2: учебник для вузов — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. — 292 с.
5. Общий психологический практикум: учебник для вузов / Под ред С. А. Капустина. – Санкт-Петербург и др.: Питер, 2018. – 480 с.

*Дополнительная литература:*

1. Общая психология. Т. 1: Хрестоматия: В 5 т. / Сост. В. А. Мазиллов, В. Д. Шадриков. – М.: РИД РосНОУ, 2019.
2. Общая психология. Т. 2: Хрестоматия: В 5 т. / Сост. В. А. Мазиллов, В. Д. Шадриков. – М.: РИД РосНОУ, 2020. – 509 с.
3. Психология и педагогика: учебник для бакалавров— 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 724 с.
4. Психология организации туристской деятельности: монография / В.Г. Гуляев, В.В. Ионов, В.М. Ищенко [и др.] ; под ред. Н.П. Манько. — М.: Русайнс, 2020. - 311 стр.

5. Руденко А.М. Психология делового общения: Учебное пособие для бакалавров, 5-е изд., стер.(изд:5). –М.: ИТК Дашков и К. - 2022 г. 264 стр.
6. Ульянова Н.Ю. Психология делового общения и межличностные коммуникации. (Бакалавриат). Учебник. –М.: КноРус. - 2021. – 154 стр.
7. Холодная М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования: Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры – 3. изд., перераб. и доп . – М.: Юрайт, 2019. – 333 с.

- Перечень лицензионного программного обеспечения

Не требуется

- Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

1. «Киберленинка» Научная электронная библиотека.– Режим доступа: <https://cyberleninka.ru>
2. Научная электронная библиотека e-Library.– Режим доступа: <https://elibrary.ru/>
3. Национальная электронная библиотека – Режим доступа:<http://xn--90ax2c.xn--p1ai/>
4. Образовательный ресурс по Adobe Photoshop.- Режим доступа: <http://photoshoplessons.ru/>

- Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (при необходимости)

1. Единое окно доступа к информационным ресурсам.– Режим доступа: <http://window.edu.ru>
2. Единый портал интернет-тестирования в сфере образования. – Режим доступа: [www.i-exam.ru](http://www.i-exam.ru)
3. Национальный открытый университет.– Режим доступа:<http://www.intuit.ru/>
4. Росинформкультура: рос.система науч.-информ. Обеспечения культур. Деятельности: офиц. сайт. – Режим доступа: <http://infoculture.rsl.ru/RSKD/main.htm>
5. Российская книжная палата.– Режим доступа: <http://www.bookchamber.ru/>
6. ФГУП НТЦ «Информрегистр».– Режим доступа: <http://inforeg.ru/about/itemlist/category/49-obshhie-svedeniya>
7. ЭБС «Лань» – Режим доступа:<http://e.lanbook.com>
8. ЭБС «Руконт» – Режим доступа: <http://rucont.ru>

- Описание материально-технической базы

Учебная аудитория с мультимедийным проектором

9. Язык преподавания: русский

10. Преподаватель (преподаватели): Ответственный за курс — Матюшкина А.А., преподаватель: Матюшкина А.А., к.псих.н., доцент кафедры общей психологии, факультет психологии МГУ имени М.В. Ломоносова

11. Разработчик программы: Матюшкина А.А., к.псих.н., доцент кафедры общей психологии, факультет психологии МГУ имени М.В. Ломоносова