



Утвърдил: .....

Декан

Дата .....

## СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ “СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ”

Факултет: Философски

Специалност: (код и наименование)

Ф	Ф	П	0	2	0	1	1	3
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Психология

### УЧЕБНА ПРОГРАМА

Дисциплина: 

3	0	3	3
---	---	---	---

### Трудова психология – Втора част

Преподавател: Проф. дпсн Снежана Евлогиева Илиева

Асистент: Гл.Ас. д-р Дамяна Йорданова Иванова

Учебна заетост	Форма	Хорариум
Аудиторна заетост	Лекции	30
	Семинарни упражнения	30
	Практически упражнения (хоспетиране)	0
<b>Обща аудиторна заетост</b>		<b>60</b>
Извънаудиторна заетост	Реферат	20
	Доклад/Презентация	20
	Курсов учебен проект	30
	Самостоятелна работа в библиотека или с ресурси	20
<b>Обща извънаудиторна заетост</b>		<b>90</b>
<b>ОБЩА ЗАЕТОСТ</b>		<b>150</b>
<b>Кредити аудиторна заетост</b>		<b>2</b>
<b>Кредити извънаудиторна заетост</b>		<b>3</b>
<b>ОБЩО ЕКСТ</b>		<b>5</b>

№	Формиране на оценката по дисциплината <sup>1</sup>	% от оценката
1.	Workshops (информационно търсене и колективно обсъждане на доклади и реферати)	10
2.	Участие в тематични дискусии в часовете	10
3.	Тестова проверка	10
4.	Решаване на казуси	10
5.	Текуща самостоятелна работа /контролно	20

<sup>1</sup> В зависимост от спецификата на учебната дисциплина и изискванията на преподавателя е възможно да се добавят необходимите форми, или да се премахнат ненужните.

6.	Изпит	40
----	-------	----

#### **Анотация на учебната дисциплина:**

Съдържанието на курса е систематизирано в няколко проблемни области, които са предназначени да разкрият факторите, които повишават или задържат трудовото изпълнение. Съществено място се отделя на стреса в работата, като се обобщават теориите и моделите за професионален стрес, причините и източниците, проявите и последствията от стреса. Отчитат се предпоставките за възникване на бърнаут в работата, както и организационните подходи и индивидуалните стратегии за преодоляването на стреса. Анализират се непродуктивните и контрапродуктивните прояви в труда, които задържат трудовото изпълнение.

Подчертава се взаимосвързаността между стрес, здраве, субективно благополучие и трудово изпълнение, която се разглежда в контекста на трудовата и професионалната здравна психология.

Акцент се поставя и върху психология на професиите и психология на персонала, като се въвеждат теориите за професионалния избор и кариерното развитие, процеса на подбор и оценка на изпълнението, индивидуалните различия в трудовото изпълнение. Проследяват се промените в съдържанието на труда в резултат на взаимодействието човек-машина и на въвеждането на информационните технологии и влиянието им върху здравето и трудовото изпълнение.

#### **Предварителни изисквания:**

Студентите трябва да имат познания по социална психология и психология на личността.

#### **Очаквани резултати:**

Студентите ще имат знания и умения:

- Да анализират причините и факторите за стрес на работното място;
- Да отчитат индивидуалните различия в равнищата на стрес, появата на бърнаут и стратегиите за справянето със стреса;
- Да разбират факторите, които оказват влияние върху здравето, благополучието и качеството на живот в труда;
- Да прилагат основните подходи за подбор на персонала и за оценка на трудовото изпълнение;
- Да отчитат предпоставките и факторите за професионален избор, кариерно развитие и успешна професионална реализация;
- Да отчитат влиянието на съвременните информационни технологии върху качеството на живот на личността и трудовото изпълнение

### **Учебно съдържание**

№	Тема:	Хорариум
1	Стрес в работата. Класически и интеракционистки модели за стреса. Теории за професионалния стрес. Стресори в трудовата среда.	2
2	Личностни детерминанти и когнитивни модератори на стреса в работата. Тип А-поведение. Последствия от стреса в работата.	2
3	Стрес и бърнаут в работата. Личностни различия и поведенчески прояви на бърнаута.	2
4	Индивидуални стратегии за справяне със стреса в работата. Социалната подкрепа като буфер на професионалния стрес.	2
5	Управление на стреса в организациите. Подходи и програми за редуциране на стреса. Управление на времето.	2
6	Качество на трудовия живот, личностно и професионално благополучие. Подходи за повишаване на благополучието на работното място.	2
7	Непродуктивно и контрапродуктивно поведение в труда. Тормоз на работното място.	2
8	Труд и здраве. Програми за поддържане на здравето на служителите. Професионална здравна психология.	2
9	Подбор на персонала. Цели и етапи на подбора. Методи за подбор на кандидати. Центрове за оценяване.	2
10	Оценка на трудовото изпълнение. Критерии и фактори за оценка на изпълнението. Грешки при оценяването.	2
11	Индивидуални различия в трудовото изпълнение. Личностни детерминанти и предиктори на трудовото изпълнение. Индивидуално развитие на работното място.	2
12	Избор на професия и професионално ориентиране. Теории за професионалния избор. Фактори за вземане на решение за избор на професия.	2
13	Кариера и кариерно развитие. Теории за етапите в кариерното развитие. Личностни различия и кариерни предпочитания.	2
14	Инженерна психология. Взаимодействие човек-машина. Съвременните информационни технологии и промени в характера на труда	2
15	Перспективи и тенденции в развитието на трудовата психология. Сфери на професионална реализация на трудовите психолози.	2
	Практическо допълнение към семинарните занятия е курсовата работа. Съгласно учебния план тя се разработва задължително при всяка редовна дисциплина и се предава от студента преди явяване на изпита.	

*План на семинарните занятия*

№	Тема:	Хорариум
1	Работоспособност и умора.	3
2	Стрес и професионален стрес.	3
3	Моделите на професионален стрес.	3
4	Устойчивост на стрес като личностна характеристика.	3
5	Фрустрация, бърнаут и социална подкрепа в труда.	3
6	Контрапродуктивно поведение в организацията.	3
7	Ефективност на труда – същност и критерии за ефективност.	3
8	Субективно благополучие и професионално благополучие.	3
9	Психологичен професионален подбор.	3
10	Психологични аспекти на безработицата.	3

### *Конспект за изпит*

№	Въпрос:
1	Стрес в работата. Класически и интеракционистки модели за стреса. Теории за професионалния стрес. Стресори в трудовата среда
2	Личностни детерминанти и когнитивни модератори на стреса в работата. Тип А-поведение. Последствия от стреса в работата
3	Стрес и бърнаут в работата. Личностни различия и поведенчески прояви на бърнаута.
4	Индивидуални стратегии за справяне със стреса в работата. Социалната подкрепа като буфер на професионалния стрес.
5	Управление на стреса в организациите. Подходи и програми за редуциране на стреса. Управление на времето.
6	Качество на трудовия живот, личностно и професионално благополучие. Подходи за повишаване на благополучието на работното място.
7	Непродуктивно и контрапродуктивно поведение в труда. Тормоз на работното място.
8	Труд и здраве. Програми за поддържане на здравето на служителите. Професионална здравна психология.
9	Подбор на персонала. Цели и етапи на подбора. Методи за подбор на кандидати. Центрове за оценяване.
10	Оценка на трудовото изпълнение. Критерии и фактори за оценка на изпълнението. Грешки при оценяването.
11	Индивидуални различия в трудовото изпълнение. Личностни детерминанти и предиктори на трудовото изпълнение. Индивидуално развитие на работното място.
12	Избор на професия и професионално ориентиране. Теории за професионалния избор. Фактори за вземане на решение за избор на професия.
13	Кариера и кариерно развитие. Теории за етапите в кариерното развитие. Личностни различия и кариерни предпочитания.
14	Инженерна психология. Взаимодействие човек-машина. Съвременните информационни технологии и промени в характера на труда
15	Перспективи и тенденции в развитието на трудовата психология. Сфери на професионална реализация на трудовите психолози.

### *Библиография*

### **Основна:**

Илиева, С. (2006). Организационна култура. Същност, функции и промяна, Университетско издателство «Св. Климент Охридски»..

Илиева, С. , (1998). Привързаност към организацията. Психологически анализ. София.

Ригио, Р. (2006). Въведение в индустриалната/организационната психология.

Дилок, София,.

Фърнъм, Е. (2012). Индивидуалните различия на работното място, София, „Изток-Запад“.

APA Handbook of industrial and organizational psychology. (2010). APA.

Arnold, J. Randall, R. et al. (2010). Work psychology (5<sup>th</sup> ed.). Pearson.

Chmiel. N. (ed.) (2008). An introduction to work and organizational psychology: A European perspectives. Blackwell Publishing.

Leka, S., Houdmont, J. (2010). Occupational health psychology. Wiley-Blackwell.

Steptoe-Warren, G. (2008). Occupational psychology: An applied approach. Pearson

Sutherland, V., Cooper, C. (2012). Organizational stress management. Palgrave Macmillan.

### **Допълнителна:**

Иванова, Ц., Илиева, С. (2012). Стратегии за справяне със стреса при служители в полицията. В: “Приложна психология и социална практика”, Университетско издателство ВСУ “Черноризец Храбър”, Варна.

Илиева, С. (2008). Наръчник за работещи и безработни, търсещи кариерно развитие в сектор туризъм (в съавторство), Програма “Леонардо да Винчи” BG/06/V/F/PP-166001 (на български, английски, фламандски, естонски и гръцки езици)

Илиева, С. (2011). Качество на живот и развитие на психологическия капитал в организациите. В: “Приложна психология и социална практика”, Университетско издателство ВСУ “Черноризец Храбър”, Варна.

Илиева, С., Найденова, В. (2011). Стрес и здравно поведение във университетска среда. Психологични изследвания, Академично издателство “Марин Дринов” .

Илиева, С. (2009). Приложимост на центровете за оценяване при професионалния подбор и кариерното развитие. . В: “Психологията пред предизвикателствата на новото време”, т.6, с.218-224. Псидо.

Илиева, С. (2005). Качество на живота в труда и организационно здраве. В: “Психологични аспекти на условията на труд в организациите”, София, 19-25.

Илиева, С., Найденова, В. (2005). Съвременни подходи към стреса и здравето в организациите. В: Психологията пред предизвикателствата на новото време, Варна, 213-220.

Илиева, С. (2004). Стратегии за справяне със стреса и психическо изчерпване при организационна промяна. Годишник на СУ “Св. Климент Охридски”, книга Психология, том 97.

Найденова, В., Илиева, С. (2006). Възприеман стрес: Същност и измерване. Българско списание по психология, 3, 16-28.

Найденова, В., Илиева, С. (2010). Здравно поведение и удовлетвореност в университетска среда – резултати от международно изследване, В: Личност, Мотивация, Спорт. Университетско издателство на Национална спортна Академия, Том 15, НСА Прес, София.

Найденова, В., Илиева С. (2008). Възприеман стрес и психосоматични оплаквания – резултати от крос-национално изследване в Германия, България и Полша, В: “Четвърти национален конгрес по психология”, София.

- Русинова, В., Руу, Р. (изд.) (1995). Психосоциални проблеми на трудовата заетост. София, Академично издателство "Проф. Марин Дринов",
- Темков, И., Попов, Х. (1987). Стрес и кризи на личността. София.
- Ausan, Z. (2000). Cross-cultural industrial and organizational psychology: Contributions, past development and future directions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 1, 110-128.
- Buchanan, D., Huczynski, A. *Organizational behaviour*. Prentice-Hall, 1997.
- Ilieva, S., Naydenova, V. (2010): Self-efficacy, life satisfaction and psychosomatic complaints in university setting, In: *Psychology and Health*, Volume 25, Supplement 1, August 2010, Routledge, Taylor and Francis Group, p. 24.
- Ilieva, S. On Social and Labour Psychology of Bulgarian (2010 In: *Korea and Bulgaria, and Central & Eastern Europe. Searching for New Perspectives*, 17-25. Seoul: The Korean Association of Central & Eastern European and Balkan Studies.
- Landy, F. (1989). *Psychology of work behavior*. Brooks/ Cole Publishing Company.
- Lowenberg, G., Conrad, K. (1998). *Current perspectives in industrial / organizational psychology*. Allyn and Bacon.
- Muchinsky, P. (1999). *Psychology applied to work*. Wadsworth.
- Naydenova, V., Ilieva, S. (2010): Sense of coherence, perceived stress and subjective health: Results from european research, In: *Psychology and Health*, Volume 25, Supplement 1, August 2010, Routledge, Taylor and Francis Group, p. 285.
- Spector, P. (2003). *Industrial and organizational psychology. Research and practice*. John Wiley and Sons.

**Дата:**

**Съставил:**