

АННОТАЦИЯ
дисциплины
Б1.В.09 САМОРЕГУЛЯЦИЯ И ПРОФИЛАКТИКА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
Направление подготовки 38.03.03 Управление персоналом

Общее количество часов – 144

Количество зачетных единиц – 4

Цель освоения дисциплины «Саморегуляция и профилактика профессионального выгорания» – развитие эмоциональной устойчивости, профилактика эмоционального выгорания; формирование умений и навыков по сохранению и укреплению психического здоровья студентов через овладение ими способами психической саморегуляции и активизации личностных ресурсов.

Задачи дисциплины:

ознакомление студентов с понятием «синдрома профессионального выгорания», его причинами, стадиями, способами профилактики;

- обучение способам психической саморегуляции;
- содействие активизации личностных ресурсных состояний;
- формирование установки на сохранение и укрепление психического здоровья.

Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Дисциплина **Б1.В.09 «Саморегуляция и профилактика профессионального выгорания»** относится к вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Результаты обучения (знания, умения, опыт, компетенции).

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС):

№ п.п .	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ПК-18	владением методами оценки и прогнозирования профессиональных рисков, методами анализа травматизма и профессиональных заболеваний, знанием основ	- основы оценки социально-экономической эффективности мероприятий по охране труда и здоровья персонала и	- прогнозировать профессиональные риски методом анализа травматизма и профессиональных заболеваний;	- методами оценки и прогнозирования профессиональных рисков, методами анализа травматизма и профессиональных

		оценки социально-экономической эффективности разработанных мероприятий по охране труда и здоровья персонала и умением применять их на практике;	умением применять их в профилактике профессионального выгорания;		ных заболеваний; - навыками установки на сохранение и укрепление психического здоровья
	ПК-23	знанием основ подготовки, организации и проведения исследований удовлетворенности персонала работой в организации и умением использовать их на практике;	основы подготовки, организации и проведения исследований удовлетворенности персонала работой в организации и методы оптимизации уровня стресса	проводить исследования удовлетворенности персонала работой и оценивать уровень стресса	навыками методов оптимизации уровня стресса и выявления удовлетворенности персонала работой
	ПК-33	владением навыками самоуправления и самостоятельного обучения и готовностью транслировать их своим коллегам, обеспечивать предупреждение и профилактику личной профессиональной деформации и профессионального выгорания.	-основы предупреждения и профилактики личной профессиональной деформации и профессионального выгорания	- предупреждать личную профессиональную деформацию и профессиональное выгорание.	- навыками самоуправления и самостоятельного обучения и готовностью транслировать их своим коллегам, обеспечивать предупреждение и профилактику личной профессиональной деформации и профессионального выгорания

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма контроля: экзамен

Основная литература:

Психология [Электронный ресурс]: практикум. Автор-составитель:
А

х 2. Психология труда [Электронный ресурс]: 2-е изд. Учебник для
б

а 3. Психология труда. [Электронный ресурс]: Учебник и практикум для
академического бакалавриата. Манухина С.Ю. - Отв. ред. – М.: Юрайт, 2018. -
#

я 4. Сапольски, Р. Психология стресса [Текст]: / Р. Сапольски. - 3-е изд. –
СПб: Питер, 2015. - 480с.

в

Дополнительная литература:

р 1. Современные тенденции развития психологии труда и
в организационной психологии [Электронный ресурс]: Монография.
Ответственный редактор: Дикая Л.Г., Журавлев А.Л., Занковский А.Н. /
М

к 2. Белашева И.В. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний
М

р 3. Современные тенденции развития психологии труда и
в организационной психологии [Электронный ресурс]: Монография.
Ответственный редактор: Дикая Л.Г., Журавлев А.Л., Занковский А.Н. /
М

к

и Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными
возможностями здоровья имеются издания в электронном виде в электронно-
библиотечных системах «Лань» и «Юрайт» и др.

р

и Автор: Гуренкова О. В.

й

м

р

с

к

и

р

б

у

к

и

у

и

и

М

и

а

и

Ю

В