

АННОТАЦИЯ

дисциплины **Б1.В.13 «САМОРЕГУЛЯЦИЯ И ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ»**

Объем трудоемкости для студентов ОФО: 4 зачетные единицы (144 часа, из них – 42,3 часа контактной работы: лекционных 18ч., практических 18 ч., 66 часов самостоятельной работы; КСР 6 часа, ИКР 0,3 часа, контроль 35,7 часов)

Цель дисциплины: получение студентами основных знаний в области психологии профессиональной дезадаптации; методов оценки и прогнозирования профессиональных рисков; основ подготовки, организации и проведения исследований удовлетворенности персонала работой; формирование навыков самоуправления и самостоятельного обучения и готовности транслировать их своим коллегам, обеспечивать предупреждение и профилактику личной профессиональной деформации и профессионального выгорания.

Задачи дисциплины:

- 1) формирование знаний о сущности профессиональной адаптации, стрессов, организационно-психологических рисков развития дезадаптаций персонала;
- 2) формирование навыков применения методов оценки и прогнозирования профессиональных рисков, исследований удовлетворенности персонала работой;
- 3) развитие навыков саморегуляции и умений транслировать их своим коллегам;
- 4) формирование знаний о сущности функциональных состояний в труде, синдромах хронического утомления и профессионального выгорания;
- 5) формирование умений применять современные методы психодиагностики и психопрофилактики рисков развития профессионального выгорания у работников организации.

Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Саморегуляция и профилактика профессионального выгорания» относится к вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана. Практическая часть предмета основана на разработках отечественной и зарубежной психологии по теории и методам исследования стрессоустойчивости, психологического профессионального, рабочего стресса.

Данная учебная дисциплина базируется на следующих дисциплинах учебного плана: «Основы теории управления»; «Основы управления персоналом организации»; «Психофизиология профессиональной деятельности».

Предмет «Саморегуляция и профилактика профессионального выгорания» обеспечивает изучение дисциплин: «Управление социальным развитием персонала»; «Основы безопасности труда»; «Психодиагностика в управлении персоналом».

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся *профессиональных* компетенций: ПК-18, ПК- 23, ПК- 33.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ПК-18	владение методами оценки и прогнозирования профессиональных рисков, методами анализа травматизма и профессиональных заболеваний,	методы оценки и прогнозирования профессиональных рисков	проводить оценку и прогнозирования профессиональных рисков	навыками оценки и прогнозирования профессиональных рисков, оценки социально-

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
		знанием основ оценки социально-экономической эффективности разработанных мероприятий по охране труда и здоровья персонала и умением применять их на практике			экономической эффективностью и разработанных мероприятий по охране труда и здоровья персонала и умением применять их на практике
2	ПК-23	знания основ подготовки, организации и проведения исследований удовлетворенности персонала работой в организации и умение использовать их на практике	основы подготовки, организации и проведения исследований удовлетворенности персонала работой в организации	проводить исследования удовлетворенности персонала работой в организации	владеть навыками организации и проведения исследований удовлетворенности персонала работой в организации и умение использовать их на практике
3	ПК-33	владение навыками самоуправления и самостоятельного обучения и готовностью транслировать их своим коллегам, обеспечивать предупреждение и профилактику личной профессиональной деформации и профессионального выгорания	Знать теоретические основы предупреждения и профилактики личной профессиональной деформации и профессионального выгорания	разрабатывать мероприятия по предупреждению и профилактике личной профессиональной деформации и профессионального выгорания	навыками обеспечивать предупреждение и профилактику личной профессиональной деформации и профессионального выгорания

Основные разделы дисциплины:

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре (для студентов ОФО)

№	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	

1	2	3	4	5	6	7
1	Профессиональные кризисы личности	25	4	5	-	16
2	Профессиональная адаптация и совладающее поведение	26	4	6	-	16
3	Психология управления состоянием человека (саморегуляция)	27	6	4	-	17
4	Проектирование и организация работы центров психологической регуляции состояний (ЦПР).	25	4	4	-	17
	<i>Итого по дисциплине:</i>		18	18	-	66

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

Курсовые проекты или работы

Форма проведения аттестации по дисциплине: *экзамен*

Основная литература:

1. Ясько Б.А. Саморегуляция и профилактика эмоционального выгорания (Практикум). 2-е изд. – Краснодар, Изд-во КубГУ, 2014.

2. Водопьянова Н.Е. Стресс-менеджмент: учебник для бакалавриата и магистратуры — М. : Издательство Юрайт, 2018. <https://biblio-online.ru/book/2CBV70A5-07AD-4196-B5F5-C76652FA75B9/stress-menedzhment>

Автор РПД: Б.А. Ясько