

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 профессиональ	- основы оценки социально-экономической эффективности разработанных мероприятий по охране	- прогнозировать профессиональные риски методом анализа травматизма и профессиона	- методами оценки и прогнозирования профессиональных рисков, методами анализа травматизма и

		ных заболеваний, знанием основ	труда и здоровья персонала и	льных заболеваний;	профессиональ
--	--	--------------------------------	------------------------------	--------------------	---------------

		оценки социально-экономической эффективности и 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 профессиональной деформации и профессионального выгорания.	-основы предупреждения и 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 профессиональной деформации и профессионального выгорания

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма контроля: экзамен

Основная литература:

1. Ступницкий, В.П. Психология: учебник / В.П. Ступницкий, О.И. Щербакова, В.Е. Степанов. - Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. - 519 с. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=453939>
2. Пырьев, Е.А. Психология труда: учебное пособие / Е.А. Пырьев. - Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2016. - 458 с. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436999>
3. Манухина, С.Ю. Психология труда: Хрестоматия: учебно-методический комплекс / С.Ю. Манухина. - Москва: Евразийский открытый институт, 2011. - 275 с. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90711>
4. Сапольски, Р. Психология стресса: / Р. Сапольски. - 3-е изд. – СПб: Питер, 2015. - 480с.

Дополнительная литература:

1. Современные тенденции развития психологии труда и организационной психологии / отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев, А.Н. Занковский; Российская академия наук и др. - Москва: Институт психологии РАН, 2015. - 712 с. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430628>
2. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / И.В. Белашева, А.В. Суворова, И.Н. Польшакова и др. - Ставрополь: СКФУ, 2016. - 262 с. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458913>

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

Автор: Гуренкова О. В.