

Целью изучения дисциплины Б1.О.35 «Основы психологической самопомощи социального работника» является формирование у студентов специальные профессиональные компетенции общепрофессиональной и профессиональной компетенций, необходимых для последующей профессиональной деятельности.

Целью освоения дисциплины «Основы психологической самопомощи социального работника» является развитие умения принимать самого себя и других людей, умения находить в трудных ситуациях силы внутри самого себя, принимать ответственность за свою жизнь на самого себя, умения делать выбор, развитие потребности в самоизменении и личностном росте.

1.2 Задачи дисциплины:

1. Знает как идентифицировать возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
2. Умеет разрабатывать и описывать возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
3. Знать теоретические основания психологической самопомощи
4. Уметь ориентироваться в перспективных направлениях современной психологической помощи

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Основы психологической самопомощи социального работника» относится к базовой части Блока Б1. В учебный план (Б1.О.35). Данный курс содержательно опирается на предметную область таких общих гуманитарных общетеоретических дисциплин как «Общая психология и психология личности», «Психология социальной работы». Его изучение необходимо для формирования способности к анализу явлений и процессов в развитии личности соц. работника, с ориентацией на социоэкономические и культурно-исторические условия их происхождения, умения опираться на системный подход в решении проблем своей профессиональной деятельности.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Изучение учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций: УК-8

УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	
ИУК – 8.1 Идентифицирует возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	ИУК -1.2. З-1. Знает как идентифицировать возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.
	ИУК 1.2. У-1. Умеет разрабатывать и описывать возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет: для ОФО 3 з.е. (108 часов), для ЗФО 3 з.е. (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице

Вид учебной работы	Всего	Форма обучения
--------------------	-------	----------------

	часов			
	ОФО/ЗФО	очно	заочная	
			7	1
Контактная работа, в том числе:	38,2/8,3	38,2	8	0,2
Аудиторные занятия (всего)	16/8	16	8	
Занятия лекционного типа	16/2	16	2	-
Лабораторные занятия	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	16/6	16	6	-
Иная контактная работа:				
Контроль самостоятельной работы (КСР)	6	6	-	-
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2/0,2	0,2	-	0,2
Самостоятельная работа (всего)	69,8/87	69,8	64	32
В том числе:				
<i>Курсовая работа</i>	-	-	-	-
<i>Проработка учебного (теоретического) материала</i>	20/20	20	20	10
<i>Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)</i>	39,8/26	39,8	20	10
<i>Реферат</i>	10/21	10	24	12
Подготовка к текущему контролю	-/20	-	-	20
Контроль:	26,7/3,8	26,7	-	3,8
Подготовка к экзамену	26,7/8,7	26,7	-	3,8
Общая трудоемкость	час.	108/108	108	108
	в том числе контактная работа	38,2/8,2	38,2	8
	зач. ед.	3/3	3	1

2.2. Структура дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по темам дисциплины.

Темы дисциплины, изучаемые на 3 курсе (очная форма обучения)

№	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Тема 1. Развитие и гармонизация личности. Основы психологической самопомощи	25	4	4	-	17
2.	Тема 2. Теоретические подходы к пониманию и реализации психологической помощи. Позитивная самоориентация личности: развитие позитивного, саногенного мышления	25	4	4	-	17
3.	Тема 3. Самогармонизация образа жизни. Теоретико- методологические аспекты арт-терапии в самопомощи	25	4	4	-	17
4.	Тема 4. Технологии организации самопомощи. Прикладные аспекты арт-терапии	25	4	4	-	17
	<i>Итого по дисциплине:</i>		<i>16</i>	<i>16</i>	<i>-</i>	<i>69,8</i>

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

Разделы дисциплины, изучаемые в 5-6 семестре (заочная форма)

№	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа СРС
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
1.	Тема 1. Развитие и гармонизация личности. Основы психологической самопомощи	28	2	2	-	24
2.	Тема 2. Теоретические подходы к пониманию и реализации психологической помощи. Позитивная самоориентация личности: развитие позитивного, саногенного мышления	26		2	-	24
3.	Тема 3. Самогармонизация образа жизни. Теоретико- методологические аспекты арт-терапии в самопомощи	26		2	-	24
	Тема 4. Технологии организации самопомощи. Прикладные аспекты арт-терапии	24	-	-	-	24
	<i>Итого по дисциплине:</i>		2	6	-	96

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

Верстова М.В. - доцент каф.СРППВО