

## Аннотация

### Б1.О.35 «Основы психологической самопомощи социального работника»

#### 1.1 Цель дисциплины

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 обязательной части Блока Б1 учебного плана (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**

<b>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</b>	
ИУК – 8.1 Идентифицирует возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	<b>ИУК -1.2. 3-1.</b> Знает как идентифицировать возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.
	<b>ИУК 1.2. У-1.</b> Умеет разрабатывать и описывать возможные угрозы (опасности) для человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Общая трудоёмкость дисциплины составляет: для ОФО 3 з.е. (108 часов), для ЗФО 3 з.е. (108 часов)

## 2.2. Структура дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по темам дисциплины.

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

№	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	СРС
1	2	3	4	5	6	7
1.	Тема 1. Развитие и гармонизация личности. Основы психологической самопомощи	20	4	8	-	8
2.	Тема 2. Теоретические подходы к пониманию и реализации психологической помощи. Позитивная самоориентация личности: развитие позитивного, саногенного мышления	20	4	8	-	8
3.	Тема 3. Самогармонизация образа жизни. Теоретико- методологические аспекты арт-терапии в самопомощи	20	4	8	-	8
4	Тема 4. Технологии организации самопомощи. Прикладные аспекты арт-терапии	19	4	8	-	7
	<i>Итого по дисциплине:</i>		16	32	-	31

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

## Разделы дисциплины, изучаемые в семестре (заочная форма)

№	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	СРС
1	2	3	4	5	6	7
1.	Тема 1. Развитие и гармонизация личности. Основы психологической самопомощи	24	2	2	-	20
2.	Тема 2. Теоретические подходы к пониманию и реализации психологической помощи. Позитивная самоориентация личности: развитие позитивного, саногенного мышления	24	2	2	-	20
3.	Тема 3. Самогармонизация образа жизни. Теоретико- методологические аспекты арт-терапии в самопомощи	24	2	2	-	20
	Тема 4. Технологии организации самопомощи. Прикладные аспекты арт-терапии	27	-	-	-	27
	<i>Итого по дисциплине:</i>		6	6	-	87

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

Составитель: к.п.н., Верстова М.В.