

АННОТАЦИЯ

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

Объем трудоемкости для студентов ЗФО: 4 зачетные единицы (144 часа, из них – 10,3 часов контактной работы: лекционных 4 ч., практических 6 ч., ИКР 0,3 часа; 125 часа самостоятельной работы; контроль 8,7 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 компет енции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ПК-18	владение методами оценки и прогнозирования	методы оценки и прогнозирова	проводить оценку и прогнозирован	навыками оценки и прогнозирования

№ п.п.	Индекс компет енции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
		профессиональных рисков, методами анализа травматизма и профессиональных заболеваний, знанием основ оценки социально- экономической эффективности разработанных мероприятий по охране труда и здоровья персонала и умением применять их на практике	ния профессионал ьных рисков	ие профессионал ьных рисков	ия профессионал ьных рисков, оценки социально- экономическо й эффективност 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 удовлетворен ности персонала работой в организации	проводить исследования удовлетворенн ости персонала работой в организации	владеть навыками организации и проведения исследований удовлетворенн ости 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 предупрежден ия и профилактики личной профессионал ьной деформации и профессионал ьного выгорания	разрабатывать мероприятия по предупрежден ию и профилактике личной профессионал ьной деформации и профессионал ьного выгорания	навыками обеспечивать предупрежден ие и профилактику личной профессионал ьной деформации и профессионал ьного выгорания

Основные разделы дисциплины:

Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре

Раздел, тема	Трудоемкость (часов)			
	всего	в т.ч. по видам учебных занятий		
		лекции	семинары	СРС
Профессиональные кризисы личности. Профессиональная адаптация и совладающее поведение	50	2	2	62
Психология управления состоянием человека (саморегуляция). Проектирование и организация работы центров психологической регуляции состояний (ЦПР)	53	2	4	63
Итого		4	6	125

Примечание: СРС – самостоятельная работа студента

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/2CBB70A5-07AD-4196-B5F5-C76652FA75B9/stress-menedzhment>

Автор РПД: Б.А. Ясько