

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Липецкий государственный педагогический университет
имени П.П. Семенова-Тян-Шанского»**

Образовательная программа

Направление: 39.03.02 Социальная работа
Профиль: Социальная защита и социальное обслуживание семей и детей
Квалификация: Бакалавр
Форма обучения: очная
Срок обучения: 4 года

Год начала подготовки: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Предупреждение и преодоление профессионального стресса**

1. Цель дисциплины:

Формирование у обучающихся системного подхода к проблемам стресса в своей будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОП:

Дисциплина относится к вариативной части.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующими компетенциями:

Коды	Содержание компетенций
ОПК-8	Способностью к предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания».

В результате изучения дисциплины студент должен:

знать:

- теоретические аспекты рассмотрения профессионального стресса современной наукой;

уметь:

- критически оценивать свои достоинства и недостатки, намечать пути и выбирать средства развития достоинств и устранения недостатков;

- распознавать напряженные ситуации деятельности в социальной работе;

- определять причины профессионального стресса;

владеть:

- методами и навыками оказания само- и взаимопомощи в стрессовых ситуациях.

- способами профилактики стресса в своей профессиональной деятельности;

- способами создания психологически благоприятной среды в профессиональном коллективе.

4. Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов).

5. Семестры:

Семестр	Трудоемкость								Контроль		
	Зач. ед.	Часов всего	Контактная работа	Лекции	и семинары Практ. групп.	и лаб. занятия Практ. мал. гр.	Индивид. занятия	Самостоятельная работа	Контрольные работы	Зачет, зачет с оценкой, экзамен*	Курсовые работы
7	3	108	45	15	30			63		3	

* 3 – зачет, О – зачет с оценкой, Э - экзамен

6. Основные разделы дисциплины:

Раздел 1. Научные представления о профессиональном стрессе.

Раздел 2. Профессиональный стресс и здоровье специалиста.

Раздел 3. Превентивная антистрессовая деятельность специалиста.

7. Авторы:

Полоскина О.В., ст. преподаватель

Данковцев О.А., к.б.н., доцент