

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

Образовательная программа

Направление: 44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения

Специализация: Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков группы риска

Квалификация: Специалист

Форма обучения: очная

Срок обучения: 5 лет

Год начала подготовки:

2017 г.

Аннотация рабочей программы дисциплины

Предупреждение и преодоление профессионального стресса

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся системного подхода к проблемам стресса в своей будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОП специалиста

Дисциплина реализуется в рамках вариативной части и изучается в 7 семестр.

3. Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения дисциплины

В результате освоения дисциплины «Предупреждение и преодоление профессионального стресса» формируются следующие компетенции:

Коды компетенций	Результаты освоения ОП	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-4	Способностью выполнять профессиональные задачи в соответствии с нормами морали, профессиональной этики и служебного этикета.	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; владеть: - способами создания психологически благоприятной среды в профессиональном коллективе.
ОК-6	Способностью проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.	знать: - научные представления о профессиональном стрессе; уметь: - распознавать напряженные ситуации в своей работе и определять причины профессионального стресса; владеть: - методами и навыками оказания само- и взаимопомощи в стрессовых ситуациях; - способами профилактики стресса в своей

		профессиональной деятельности.
--	--	--------------------------------

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

5. Семестры:

Семес тр	Трудоемкость											Контроль		
	Зачетных единиц	Часов всего	Контактная работа	Лекции	Практические занятия и семинары	Лабораторные занятия	Консультации	Контрольные работы	Курсовые работы	Практика	Самостоятельная работа	Зачет	Дифференцированный зачет	Экзамен
7	3	108	48	14	28			3			60	3		

6. Основные разделы дисциплины:

1. Научные представления о профессиональном стрессе.
2. Профессиональный стресс и здоровье специалиста.
3. Превентивная антистрессовая деятельность специалиста.

7. Автор: Данковцев О.А., к.б.н., доцент