**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины**

|  |
| --- |
| Психология саморегуляции и профессиональная адаптация |

*название учебной дисциплины*

**1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина входит в состав дисциплин общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла.

**2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код | Умения | Знания |
| ОК 01  ОК 02  ОК 03  ОК 04  ОК 05  ОК 06 ЛР  4,7,11,13 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к  различным контекстам.  Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для  выполнения задач профессиональной деятельности.  Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.  Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами,  руководством, клиентами.  Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с  учетом особенностей социального и культурного контекста.  Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты  антикоррупционного поведения. | *- виды психических состояний личности;*  *- реакции человека на стрессовые ситуации;*  *- особенности психологического стресса;*  *- методы саморегуляции поведения и психических состояний;*  *- стратегии совладающего поведения;*  *- психологические механизмы адаптации человека к профессиональной деятельности;*  *- этические принципы общения с людьми с ОВЗ;*  *- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.* |

**4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем 50 часов, в том числе:

- 50 часов вариативной части, направленных на усиление обязательной части программы учебной дисциплины.

**5. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной деятельности** | **Объем часов** |
| **Объем образовательной программы** | 50 |
| **Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем** | 50 |
| в том числе: | |
| - теоретическое обучение | 30 |
| - лабораторные работы(если предусмотрено) | - |
| - практические занятия(если предусмотрено) | 14 |
| - курсовая работа (проект) (если предусмотрено) | - |
| - самостоятельная работа | 2 |
| - промежуточная аттестация (зачет/дифференцированный зачет/экзамен) | 4 |

**6. Содержание дисциплины**

Тема 1. Личность и окружающая среда. Топологические особенности человека.

Тема 2. Психические состояния

Тема 3. Стресс

Тема 4. Механизмы психологической защиты

Тема 5. Саморегуляция поведения. Эмоции в профессиональной деятельности

Тема 6. Профессиональная адаптация

Тема 7. Этика общения с ограниченными возможностью здоровья

Тема 8. Профессиональное здоровье