

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 общепрофессионального цикла.

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

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09	<p>Распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</p> <p>Определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска</p> <p>Организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности</p> <p>Грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе</p>	<p>Актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности.</p> <p>Психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности</p> <p>Особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений.</p> <p>Сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по профессии (специальности)</p> <p>Современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности</p>

	Описывать значимость своей профессии (специальности) Применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение	
--	--	--

4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем 38 часов, в том числе:

- 38 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	38
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	38
в том числе:	
- теоретическое обучение	22
- лабораторные работы(если предусмотрено)	-
- практические занятия(если предусмотрено)	10
- курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	-
- самостоятельная работа ¹	2
- промежуточная аттестация (зачет/дифференцированный зачет/экзамен)	4

6. Содержание дисциплины

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

Тема 1.1. Понятие о личности и ее структуре. Теория личности. Психологическое здоровье

Тема 1.2. Личность в общении. Основные характеристики общения. Конфликтные личности.

Тема 1.3 Определение типа темперамента и свойств характера.

Раздел 2. Психические состояния

Тема 2.1 Психические состояния. Общая характеристика эмоций и чувств.

Тема 2.2 Диагностика и измерение психических состояний личности

Раздел 3. Стресс

Тема 3.1 Стресс и дистресс. Причины и профилактика стрессового напряжения. Реакция человека на стрессовые состояния.

Тема 3.2 Диагностика и профилактика стресса.

Раздел 4. Механизмы психологической защиты

Тема 4.1. Механизмы психологической защиты. Стратегии совладающего поведения.

Раздел 5. Саморегуляция поведения. Эмоции в профессиональной деятельности

Тема 5.1. Понятие саморегуляции. Роль эмоций в регуляции поведения человека

Тема 5.2. Использование приемов и методов саморегуляции поведения

Раздел 6. Профессиональная адаптация

Тема 6.1. Профессиональная пригодность. Набор профессионально значимых свойств личности.

Тема 6.2. Психологические особенности делового общения.

Тема 6.3. Понятие профессиональной адаптации. Психологические механизмы адаптации человека к профессиональной деятельности. Брендинг. Создание имиджа.

Раздел 7. Этика общения с ограниченными возможностями здоровья

Тема 7.1. Коммуникативная эффективность при общении с инвалидами. Общие правила этикета при общении с инвалидами. Правила этикета при общении с различными группами инвалидов.

Раздел 8. Профессиональное здоровье

Тема 8.1. Профессиональное выгорание. Стадии, симптомы и условия профессионального выгорания.

Тема 8.2. Профилактика профессионального выгорания