

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ САМОУРЕГУЛИРОВАНИЯ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Целью освоения дисциплины «Психология саморегулирования» является формирование общекультурной, общепрофессиональной и профессиональных компетенций, определяющих способность обучающегося к развитию целостного представления и обобщению знаний о психических состояниях и приемах психической саморегуляции.

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП (содержание компетенций в соответствии с ФГОС ВО)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-7	способность к самоорганизации и самообразованию	Знать: основы психологии саморегулирования, психотехники саморегулирования, программы саморегуляции функциональных состояний персонала в организации. Уметь: анализировать и психологически оценивать поведение людей в организации; оценивать свой личностный и профессиональный потенциал; оценивать результаты своей профессиональной деятельности и других. Владеть: методами и приемами саморегуляции функциональных состояний, навыками оценки профессиональной ситуации.
ОПК-6	в части, касающейся владения культурой мышления, постановки цели и выбору путей ее достижения; способности отстаивать свою точку зрения, не разрушая отношения	Знать: концепции психической саморегуляции, методы и приемы психической саморегуляции в профессиональной деятельности. Уметь: использовать методы и приемы саморегуляции функциональных состояний персонала в организации; осуществлять профилактику неблагоприятных состояний человека в трудовой деятельности; анализировать различные проявления психики человека. Владеть: современным категориально-понятийным аппаратом психологического анализа ситуации; навыками профессионального мышления, профессиональной наблюдательности, эффективной коммуникации.
ПК-30	знание основ возникновения, профилактики и разрешения трудовых споров и конфликтов в коллективе,	Знать: основные направления профилактики неблагоприятных состояний человека в трудовой деятельности.

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП (содержание компетенций в соответствии с ФГОС ВО)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
	владение навыками диагностики и управления конфликтами и стрессами в организации и умение применять их на практике	Уметь: прогнозировать и предупреждать развитие конфликтов и стрессов с помощью психотехник саморегуляции. Владеть: методами и приемами саморегуляции и снятия эмоционального напряжения.
ПК-33	владение навыками самоуправления и самостоятельного обучения и готовность транслировать их своим коллегам, обеспечивать предупреждение и профилактику личной профессиональной деформации и профессионального выгорания	Знать: характеристику неблагоприятных состояний человека, прикладные программы психической саморегуляции функциональных состояний персонала организации. Уметь: подбирать методы и приемы саморегуляции для профилактики профессиональной деформации персонала организации. Владеть: методами и приемами саморегуляции и снятия эмоционального напряжения для предупреждения развития профессиональной деформации у сотрудников организации.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

В структуре образовательной программы дисциплина «Психология саморегулирования» относится к обязательным дисциплинам вариативной части Блока 1 учебного плана по направлению подготовки 38.03.03 Управление персоналом, базируется на знаниях в ходе изучения дисциплин «Психология», «Психология личности», «Социальная психология».

До начала изучения дисциплины «Психология саморегулирования» обучающиеся должны:

Знать:

- основные категории психологии, методы и школы;
- основные социальные институты и типы социальных групп;
- особенности эмоционально-волевой сферы личности человека;
- основные закономерности и механизмы социализации индивида;
- особенности типов темперамента как биопсихического свойства личности;
- типологии характера.

Уметь:

- давать аргументированную и обоснованную оценку различным социальным явлениям и процессам, происходящим в обществе;
- выявлять специфику психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам

- использовать знания об индивидуально-типологических свойствах личности в практической деятельности.

Владеть:

- понятийным аппаратом психологии, социальной психологии, психологии личности;
- методами анализа социально-психологических явлений и процессов;
- навыками выявления специфических особенностей представителей различных гендерных групп;
- умениями осуществлять анализ проблем человека на разных этапах социализации.

3. Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины «Психология саморегулирования» составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

4. Структура и содержание дисциплины

Тематический план Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов по учебному плану	Контактная работа с преподавателем:					Самостоятельная работа
			Всего часов	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Другие виды занятий	
10 семестр								
1	Проблема описания психических состояний	18	2	2				16
2	Концепции психической саморегуляции	18	2			2		16
3	Психотехники саморегуляции	10	2	2				8
4	Профилактика неблагоприятных состояний человека в трудовой деятельности	10	2			2		8
5	Методы и прикладные программы психологической саморегуляции функциональных состояний	12	2			2		10
	Форма промежуточной аттестации – зачет	4						4

	Всего в 10 семестре	72	10	4		6		62
	Итого по дисциплине:	72	10	4		6		62