

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:

Руководитель ООП



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

Направление подготовки  
39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль)  
**Социальная работа с различными группами населения**

Для студентов 3 курса очной формы обучения

**БАКАЛАВРИАТ**

Составитель:  
К.психол.н., доцент Травина С.А.

Тверь, 2021

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины**

Целью освоения дисциплины является: сформировать представление о «синдроме эмоционального человека» для реализации возможностей его профилактики в будущей профессиональной деятельности.

Задачами освоения дисциплины являются:

- формирование понятия о «синдроме эмоционального выгорания» (СЭВ) и его диагностических признаках;

- овладение основными принципами и приемами психической саморегуляции личности в различных условиях жизнедеятельности как профилактика СЭВ.

- закрепление навыков и приёмов саморегуляции психических состояний с учётом собственных индивидуальных особенностей; умений применять их в будущей профессиональной деятельности.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Данная дисциплина входит в обязательную часть учебного плана. Она носит характер, стимулирующий мотивацию освоения практической деятельности социального работника, основанной на академических знаниях. Ведущей идеей дисциплины является то, что бакалавр социальной работы не может состояться без наличия у него большого объема академических знаний и техник саморегуляции, на основе которых формируется его профессиональное мышление, позволяющее концептуализировать его практическую деятельность.

Дисциплина связана логически и содержательно-методически со следующими дисциплинами: «Основы профессиональной деятельности и мышления», «Психология», «Конфликтология».

Она является предшествующей для такой дисциплины как «Социально-психологическая работа в экстремальных ситуациях», а также для прохождения производственной практики.

**3. Объем дисциплины:** 3 зачетных единицы, 108 академических часов, в том числе:

**контактная аудиторная работа:** практические занятия 28 часов;

**самостоятельная работа:** 80 часов.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	УК-7.1 Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий

социальной и профессиональной деятельности	реализации профессиональной деятельности УК-7.2 Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
--	---

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения зачет в 6 семестре.**

**6. Язык преподавания русский.**