

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО «ВОЛОГОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ, ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ

УТВЕРЖДАЮ



01 сентября 2011 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СОЦИАЛЬНЫХ ПЕДАГОГОВ И
СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ**

Специальность
040101 «Социальная работа»

Форма обучения
ОЧНАЯ
ЗАОЧНАЯ

Вологда
2011

[illegible]

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины (модуля) «Охрана психического здоровья социального работника» являются: формирование у студентов необходимого уровня теоретической и практической компетентности по проблемам сохранения психического здоровья в процессе профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в общей системе подготовки специалиста

Дисциплина «Охрана психического здоровья социального работника» относится к национально-региональному (вузовскому) компоненту цикла общепрофессиональных дисциплин (ОПД.Р.4). Данная дисциплина логически и содержательно взаимосвязана со следующими дисциплинами: «Технология социальной работы», «Специфика социальной работы в учреждениях различных ведомств», «Прогнозная и проектная деятельность в социальном обслуживании», «Этические основы социальной работы», «Основы социальной медицины», «Конфликтология в социальной работе». Для освоения данной дисциплины студенту необходимы базовые знания по общей, возрастной и социальной психологии, по социальной медицине, этике; коммуникативные, аналитические и прогностические умения.

3 Требования к уровню освоения содержания дисциплины (модуля) «Охрана психического здоровья социального работника».

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны:

- Знать: - теорию, условия, способы и методы сохранения психического здоровья в процессе профессиональной деятельности.
- Уметь: - прогнозировать последствия профессиональных рисков для психического и соматического здоровья.
- Владеть: - навыками оптимального распределения собственных профессиональных ресурсов, прогнозирования последствия социально-профессиональных рисков для психического здоровья, технологиями предупреждения и самокоррекции нарушений психического здоровья.

4. Извлечение из ГОС ВПО: отсутствует

5. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Охрана психического здоровья социального работника»

5.1.1. Общая трудоемкость дисциплины на ОДО составляет 82 часа.

№ п/п	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (<i>по неделям семестра</i>) Форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
				Все го	Лк.	Пр	Сам Раб	
1.	Теоретические основы психического здоровья	9			8	-	18	
2.	Технологии предупреждения нарушений психического	9			12	24	20	

	здоровья социального работника							
	Итоговая форма контроля	9						Зачет, 9 семестр
	ИТОГО:			82	20	24	38	

5.1.2. Общая трудоемкость дисциплины на ОЗО составляет 82 часа.

№ п/п	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Все го	Лк.	Пр .	Сам Раб	
1.	Теоретические основы психического здоровья	9			8	-	28	
2.	Технологии предупреждения нарушений психического здоровья социального работника	9			12	24	42	
	Итоговая форма контроля	9						Зачет, 9 семестр
	ИТОГО:			82	6	6	70	

5.2. Содержание дисциплины:

Раздел 1. Теоретические основы психического здоровья

Теоретические подходы к пониманию психического здоровья. Составляющие психического здоровья.

Критерии и показатели психического здоровья. Факторы нарушения психического здоровья. Профессиональные риски и психическое здоровье. Стрессы и их влияние на психическое здоровье. Признаки нарушения психического здоровья.

Психозомоциональное выгорание и его характеристика. Условия сохранения психического здоровья.

Раздел 2. Технологии предупреждения нарушений психического здоровья социального работника

Способы сохранения психического здоровья. Психотерапевтические средства в сохранении психического здоровья. Психотехники и способы овладения ими.

Супервизия и ее возможности в профилактике нарушений психического здоровья специалиста социальной сферы. Технологии супервизорского процесса. Профессиональные аспекты супервизорской деятельности. Технологии разработки программ профилактики нарушений психического здоровья.

5.3 Темы для самостоятельного изучения

№	Наименование раздела дисциплины, тема	Форма самостоятельной	Кол-во часов ОДО/ОЗО	Форма контроля
---	---------------------------------------	-----------------------	----------------------	----------------

		работы		
1	Раздел 1. Теоретические основы психического здоровья. Тема 1. Концепции психического здоровья в российской и зарубежной науке	Вопросы для самостоятельного изучения, рефераты	6/6	Защита реферата
2	Раздел 1. Теоретические основы психического здоровья. Тема 2. Современные подходы к классификации психического здоровья	Вопросы для самостоятельного изучения, рефераты	6/6	Защита реферата
3	Раздел 1. Теоретические основы психического здоровья. Тема 3. Теоретические подходы в профилактике психического здоровья	Подбор методического обеспечения для самокоррекции психического здоровья	6/8	Апробация подобранных методик в практике социальной работы
4	Раздел 2. Технологии предупреждения нарушений психического здоровья социального работника. Тема 4. Технологии и методы сохранения психического здоровья в процессе практической деятельности специалиста социальной сферы	Составление справочника базовых технологий сохранения психического здоровья	12/22	Контрольная работа
5	Раздел 2. Технологии предупреждения нарушений психического здоровья социального работника. Тема 5. Супервизия как одна из эффективных технологий предупреждения профессиональных деформаций и нарушений психического здоровья	Разработка супервизорских договоров, методических материалов для супервизорской деятельности	8/20	Защита содержательной части методических материалов

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) **«Охрана психического здоровья социального работника»**

а) основная литература:

1. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для вузов по специальности: 031000 - Педагогика и психология, 031300 - Социальная педагогика, 033400 - Педагогика/ Е. А. Климов. - М.: Академия, 2010. - 304 с.

2. Психология труда: учебник для бакалавров по специальности 031000 "Педагогика и психология"/ под ред. А. В. Карпова. - М.: Юрайт, 2012.-350 с.
3. Рыбников, О. Н. Психофизиология профессиональной деятельности: учебник для вузов по специальности "Управление персоналом"/ О. Н. Рыбников. - М.: Академия, 2010.-320 с.

б) дополнительная литература:

1. Александровский, Ю. Социальные катаклизмы и психическое здоровье/ Ю. Александровский//Наука и жизнь.-2008. - N 1.-С. 36-39.
2. Бойко О.В. Охрана психического здоровья: учеб. пособие для вузов по направлению и спец. "Социальная работа"/ О. В. Бойко. - М.: Академия, 2004.-268 с.
3. Гремлинг С. Практикум по управлению стрессом / С.Гремлинг, С.Ауэрбах. – СПб.: Питер, 2002. – 240 с.
4. Здравая, Л. Помощь помогающим, или зачем социальному работнику супервизор?/ Л. Здравая//Социальная работа.-2006. - №3.-С. 41-42.-
5. Каппони В. Сам себе психолог / В. Каппони, Т. Новак. – СПб.: Питер, 1994. – 220 с.
6. Куликов, Л.В.Психогигиена личности: Вопросы психологической устойчивости и профилактики/ Л. В. Куликов. – М. [и др.]: Питер, 2004.-464 с.
7. Маришук В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л.Маришук, В.И.Евдокимов. – СПб.: Сентябрь, 2001. – 260 с.
8. Молодцова, Е. Ю. Формирование стрессоустойчивости у будущих педагогов/ Е. Ю. Молодцова//Стандарты и мониторинг в образовании.-2007. - № 2.-С. 43-45.
9. Петрушин В.И. Неврозы большого города / В.И.Петрушин. – М.: Академический Проект, 2004. – 368 с.
10. Ховкина П. Супервизия. Индивидуальный, групповой и организационный подходы/П. Ховкина, Р. Шохер. – СПб.: Речь, 2002.
11. Шматова Ю.Е. Общественное психическое здоровье: тенденции и проблемы/ Шматова Ю. Е., Фалалеева О. И., Гулин К. А.. - Вологда: ВНКЦ ЦЭМИ РАН, 2006.- 186 с.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для эффективного обучения по дисциплине требуется отдельная аудитория с достаточным количеством рабочих мест, с видеопроектором, установкой для бумажных планшетов, учебной доской, шкафом для хранения раздаточного материала.

8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов:

- задания в тестовой форме;
- экспресс опросы в конце лекций и практических занятий;
- индивидуальные задания по отдельным темам дисциплины;
- контрольные работы;
- выполнение проектов;
- моделирование программ профилактики нарушений психического здоровья;
- разработка методических материалов для социальных работников – практиков по проблемам сохранения психического здоровья.

8.1. Примерный вариант тестового задания для текущего контроля

Инструкция: обведите кружком номер правильного ответа

1. В историческом аспекте изучение психического здоровья было направлено на:

- А) определение его сущности
 - Б) причин
 - В) путей коррекции
 - Г) личностных особенностей человека, провоцирующих нарушение психического здоровья
- Ответ: все пункты верны

8.2. Примерные вопросы к зачету

1. Теоретические подходы в изучении психического здоровья.
2. Современные концепции психического здоровья.
3. Факторы, определяющие психическое здоровье социального работника.
4. Социальная работа как стрессогенный вид деятельности.
5. Концепции психического здоровья Федерика Перлза.
6. Критерии и показатели психического здоровья в представлении А.Элиса.
7. Сущность психического здоровья по Роджерсу.
8. Условия и способы сохранения здоровья в профессиональной деятельности.
9. Влияние стрессов на психическое здоровье.
10. Профессиональный стресс и признаки его проявления.
11. Психо-эмоциональное выгорание, его причины и характеристики.
12. Гендерные аспекты психо-эмоционального выгорания.
13. Способы сохранения психического здоровья.
14. Методы саморегуляции и способы овладения ими.
15. Возможности тренингов в сохранении психического здоровья специалиста по социальной работе.
16. Супервизия, ее сущность и назначение.
17. Виды супервизий.
18. Организация супервизорского процесса.
19. Перспектива развития супервизии в России.
20. Профессиональные риски и их влияние на психическое здоровье.

8.3. Примерные темы рефератов:

1. Сущность и понятие психического здоровья.
2. Факторы, влияющие на психическое здоровье (биологические, личностные, социальные).
3. Показатели психического здоровья.
4. Профессиональные риски и их влияние на психическое здоровье социального работника.
5. Исторические аспекты изучения психического здоровья.
6. Сущность психического здоровья по К.Роджерсу.
7. Альберт Элис и его подходы в определении психического здоровья и его составляющих.
8. Критерии психического здоровья по А.Элису.
9. Психическое здоровье и его критерии в определении ВОЗ.
10. Психическое здоровье в представлении Федерика Франкла, Карла Ясперса, Эрика Фрома.
11. Карл Юнг о психическом здоровье (теория конструктивного стремления к совершенству).
12. Роль позитивного мышления в сохранении психического здоровья.
13. Способы сохранения психического здоровья.
14. Саморегуляция и ее возможности в сохранении психического здоровья.
15. Современная методология наук о психическом здоровье.
16. Возможности различных видов терапий в профилактике нарушений психического здоровья.

17. Общение с животными и его возможности в снятии эмоциональных напряжений.
18. Возможности путешествий в коррекции стрессовых состояний.
19. Дыхательная гимнастика как антистрессовая технология (виды гимнастик).
20. Роль успокаивающих процедур (ванны, массаж, баня) в профилактике нарушений психического здоровья.
21. Виды эмоционального отреагирования для снятия эмоционального напряжения (слезы, крик).
22. Возможности тренингов в поддержании позитивного психического здоровья.
23. Самовнушение как способ сохранения психического здоровья.
24. Психологическое консультирование как способ решения профессиональных проблем.
25. Стрессы и их роль в нарушении психического здоровья.
26. Профессиональные стрессы и их влияние на психическое здоровье.
27. Психотехники регулирования поведения в стрессовых ситуациях.
28. Психозэмоциональное выгорание и его признаки (сущность, характеристика).
29. Самодиагностика психозэмоционального выгорания (методики).
30. Профилактика психозэмоционального выгорания.