

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Вятский государственный университет»  
(«ВятГУ»)  
г. Киров

Утверждаю  
Директор/Декан Юшина Е. А.



Номер регистрации  
РПД\_4-39.03.02.51\_2016\_60733

**Аннотированная программа учебной дисциплины**  
**Технология самопомощи**

|                          | наименование дисциплины  |
|--------------------------|--|
| Квалификация выпускника  | Бакалавр пр.<br><small>бакалавр, магистр, специалист, преподаватель, преподаватель-исследователь</small> |
| Направление подготовки   | 39.03.02<br><small>шифр</small>  |
|                          | Социальная работа<br><small>наименование</small>   |
| Направленность (профиль) | 3-39.03.02.51<br><small>шифр</small>   |
|                          | Социальная работа<br><small>наименование</small>   |
| Формы обучения           | Заочная, Очная<br><small>наименование</small>  |
| Кафедра-разработчик      | Кафедра социальной работы и молодежной политики (ОРУ)<br><small>наименование</small>                     |
| Выпускающая кафедра      | Кафедра социальной работы и молодежной политики (ОРУ)<br><small>наименование</small>                     |

## Сведения о разработчиках аннотированной программы учебной дисциплины

### Технология самопомощи

наименование дисциплины

|                          |                   |
|--------------------------|-------------------|
| Квалификация выпускника  | Бакалавр пр.      |
| Направление подготовки   | 39.03.02          |
|                          | шифр              |
|                          | Социальная работа |
|                          | наименование      |
| Направленность (профиль) | 3-39.03.02.51     |
|                          | шифр              |
|                          | Социальная работа |
|                          | наименование      |
| Формы обучения           | Заочная, Очная    |
|                          | наименование      |

#### Разработчики РП

Кандидат наук: кандидат психологических наук, Доцент, Воронина Ольга Александровна  
степень, звание, ФИО

#### Зав. кафедры ведущей дисциплину

Кандидат наук: кандидат педагогических наук, Доцент, Лучинина Марина Ивановна  
степень, звание, ФИО

РП соответствует требованиям ФГОС ВО

РП соответствует запросам и требованиям работодателей

## Аннотированная программа учебной дисциплины: Технология самопомощи

|   |   |
|---|---|
| Учебная дисциплина входит в учебный цикл                      | Б1  |
| Обеспечивающие (предшествующие) учебные дисциплины и практики | Безопасность жизнедеятельности<br>Инновации в социальной сфере<br>Методика самостоятельной работы студента<br>Основы межкультурной коммуникации<br>Основы социальной работы<br>Основы социальной толерантности<br>Социальная работа в различных сферах жизнедеятельности  |
| Обеспечиваемые (последующие) учебные дисциплины и практики    | Последующие учебные дисциплины и практики не предусмотрены основной образовательной программой  |
| Концепция учебной дисциплины                                  | Современные технологии самопомощи предлагают адаптированный синтез практических методик основных мировых традиций и религий, апробированных в условиях научного эксперимента, а также различные психофизические комплексы саморегуляции, разработанные в областях медицины, спорта и психологии. При этом главными критериями показания того или иного метода, как правило, служат такие факторы, как общее улучшение самочувствия и изменение отношения к проблеме с негативного на восприятие ее в качестве источника личностного духовного роста.  |
| Цель учебной дисциплины                                       | Ознакомление студентов с законами, принципами, а также наиболее известными и зарекомендовавшими себя формами и методами самопомощи. А также овладение основами практического их применения и факторами противопоказаний.  |
| Задачи учебной дисциплины                                     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оказание помощи студенту в раскрытии его внутренних потребностей и способностей, содействующих самоопределению, самоутверждению, самореализации личности;</li> <li>2. Способствовать формированию организаторских, аналитических, проектировочных навыков организации работы с молодежью при выборе средств, методов, приемов педагогического вмешательства в кризисные ситуации социальной деятельности;</li> <li>3. Сформировать знания студентов о существующих теоретических основаниях и практической значимости методов коррекции негативных психических состояний человека, познакомить студентов с приемами самоуправления жизненными ресурсами, уровнем работоспособности и творческих возможностей; содержанием и формами диагностико-коррекционной работы, сформировать представление о закономерностях, принципах, содержании и структуре технологии самопомощи в профессиональной деятельности специалиста и в ситуации учебного стресса.</li> </ol> |

|  |   |
|--|---|
| Содержание учебной дисциплины          | Модуль 1. Теоретические основы сохранения психического здоровья человека<br>Модуль 2. Практические основы нейтрализации негативных психических состояний<br>Модуль 3. Подготовка и сдача промежуточной аттестации |
| Результаты освоения учебной дисциплины | Формируемые компетенции: ПК-1;  |