

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Клочков Юрий Евгеньевич
Должность: и.о. ректора
Дата подписания: 26.04.2024 09:48:13
Уникальный программный ключ:
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2358d7400d1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УМР
ИСОУ

_____ Т.А. Харитонова
«23» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины: «Антистрессовые методики»

направление подготовки: 37.03.02 «Конфликтология»

направленность (профиль): Организационно-управленческие конфликты

форма обучения: очная

Рабочая программа разработана для обучающихся по направлению подготовки 37.03.02 «Конфликтология», направленность (профиль): Организационно-управленческие конфликты.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры маркетинга и муниципального управления

Заведующий кафедрой  М.Л. Белоножко

Рабочую программу разработал:
В.Л. Моложавенко, профессор кафедры МиМУ, д. пед. н., доцент



1. Цели и задачи изучения дисциплины

Цель дисциплины: является изучение методических аспектов эффективных форм саморегуляции, способов исследований причин возникновения и преодоления негативных последствий длительных стрессогенных факторов, тренинг по стресс-менеджменту.

Задачи дисциплины:

- изучить основные аспекты психологии здоровья - области научных психологических знаний о здоровом образе жизни человека;
- изучить такие явления как: стресс, синдром хронической усталости, депрессивные состояния, синдром эмоционального выгорания и др.;
- освоить основные антистрессовые методики;
- научиться экологичному поведению, умению саморегуляции, самоконтроля, психологическому самовосстановлению.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Антистрессовые методики» относится разделу дисциплин по выбору учебного плана.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

Знание: свои личностные особенности и возможности в контексте самообразования. основы общей и социальной психологии, социологии и психологии труда.

Умение: планировать цели и направления своей социальной и профессиональной деятельности с учетом личностных характеристик, внешних и внутренних факторов и угроз.

Владение: выстраиванием и реализацией траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни, критически оценивает и переосмысливает накопленный опыт (собственный и чужой), рефлексивует.

Знания по дисциплине «Антистрессовые методики» необходимы для освоения обучающимися знаний по следующим дисциплинам: «Медиация в трудовых спорах».

3. Результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 3.1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результата обучения по дисциплине
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Эффективно управляет собственным временем.	З-1. Знает процесс организации своего времени У-1. Умеет критически оценить эффективность использования временных и других ресурсов при решении профессиональных задач
	УК-6.2. Планирует траекторию своего профессионального развития и принимает шаги по её реализации.	З-2. Знает свои личностные особенности и возможности в контексте самообразования У-2. Умеет планировать траекторию своего профессионального развития в соответствии с современными трендами рынка труда, а также основами карьерного роста в своей профессиональной деятельности
	УК-6.3. Использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков.	З-3. Знает содержание и принципы самоорганизации саморазвития У-3. Умеет планировать цели и направления своей социальной и профессиональной деятельности с учетом личностных характеристик, внешних и внутренних факторов и угроз

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результата обучения по дисциплине
ПКС-3. Способен организовывать адаптацию и стажировку персонала	ПКС-3. 1. Способствует формированию условий адаптации и стажировок персонала.	З.1. Знает основные закономерности зарождения конфликтов, их динамика, структура, У.1 Умеет формировать условия адаптации и стажировок персонала.
	ПКС-3. 2. Использует порядок разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах, подготовки, переподготовки и повышения квалификации персонала и организации стажировок.	У.2. Умеет внедрять системы адаптации работников в корпоративную культуру.
		В.2. Владеет порядком разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах
	ПКС-3.5. Внедряет системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью соблюдения норм этики делового общения.	З.5. Знает системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью соблюдения норм этики делового общения.
В.5 Владеет навыками подготовки предложений по совершенствованию системы адаптации, стажировки персонала с целью минимизации препятствий изменениям, поиска инструментов управления для предотвращения и разрешения конфликтных		

4. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов.

Таблица 4.1.

Форма обучения	Курс/семестр	Аудиторные занятия/контактная работа, час.			Самостоятельная работа, час.	Контроль, час.	Форма промежуточной аттестации
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8
очная	4/8	24	12	-	108	27	Экзамен

5. Структура и содержание дисциплины

5.1. Структура дисциплины.
очная форма обучения (ОФО)-3 семестр

Таблица 5.1.1

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Раздел 1. Теория и стресса	Факторы и основные симптомы стресса. Динамика стресса	2	-	-	7	11	УК-6.2. УК-6.1.	Устный опрос (Приложение 1 ФОС)
2.		Повышенная тревожность, страх потерять работу.	2	2	-	7	11	ПКС-3. 1. УК-6.3	Устный опрос (Приложение 1 ФОС)

3.		Организация и проведение психологических тренингов постстрессменеджменту	2	2	-	7	11	ПКС-3. 2. ПКС-3. 5.	Устный опрос (Приложение 2 ФОС)
4.		Обучение приемам самоконтроля в формате тренинга.	2	2	-	7	11	УК-6.2. УК-6.1.	Устный опрос (Приложение 2 ФОС)
5.		Метод РЕТРИ. Антистрессовые правила поведения	2	2	-	7	11	ПКС-3. 1. УК-6.3	Устный опрос
6.		Методы релаксации, дыхательные техники при стрессе.	2	-	-	7	9	ПКС-3. 2. ПКС-3. 5.	Устный опрос (Приложение 3 ФОС)
7.		Метод психомышечной тренировки, аудиальные психотехники.	2	-	-	7	9	УК-6.2. УК-6.1.	Устный опрос (Приложение 3 ФОС)
8.	Раздел 2. Общие антистрессовые методики	Мобилизующие психотехники, методы медитативной визуализации.	2	-	-	7	9	ПКС-3. 1. УК-6.3	Устный опрос (Приложение 4 ФОС)
9.		Психотехники саморегуляции погружением.	2	-	-	7	9	ПКС-3. 2. ПКС-3. 5.	Устный опрос (Приложение 5 ФОС)
10.		Психогимнастика. Психотерапевтические техники	2	-	-	7	9	УК-6.2. УК-6.1.	Устный опрос (Приложение 6 ФОС)
11.		Таймменеджмент	2	2	-	8	12	ПКС-3. 1. УК-6.3	Устный опрос (Приложение 6 ФОС)
12.		Метод интервенций. Психосинтез.	2	2	-	8	12	ПКС-3. 2. ПКС-3. 5.	Выполнение тестовых заданий (Приложение 7 ФОС)
13.			Экзамен				27	27	УК-6.1. УК-6.2. ПКС-3. 1. ПКС-3. 2. ПКС-3. 5. УК-6.3
14.		ИТОГО	24	12		108	144	-	-

Очно-заочная форма обучения (ОЗФО)

Не реализуется.

5.2. Содержание дисциплины.

5.2.1. Содержание разделов дисциплины (дидактические единицы).

Раздел.1. Теории стресса

Лекция 1. Теории стресса. Факторы и основные симптомы стресса. Динамика стресса. Проблемы персонала, вызванные стрессорами Адаптационный стресс. Эмоциональная несдержанность

Лекция 2. Стресс, связанный с ситуацией выбора и принятием важных решений Повышенная тревожность, страх потерять работу. Депрессивные состояния, вызванные угрозой увольнения.

Лекция 3. Организация и проведение психологических тренингов по Стресс-менеджменту. Основные психологические приемы и упражнения, направленные на повышение уровня стрессоустойчивости. Методы релаксации и декатастрофизации. Релаксационный сеанс самовнушения Г.Д. Горбунова «Погружение»

Лекция 4.Обучение приемам самоконтроля в формате тренинга.

Понятие эмоциональной компетентности. Эмоциональный коучинг– как один из эффективных методов управления собственными эмоциями

Лекция 5. Метод РЕТРИ. Антистрессовые правила поведения. Принцип реальности, принцип оптимизма, принцип разумного эгоизма

Лекция 6. Методы релаксации, дыхательные техники при стрессе. Ребефинг метод достижения измененного состояния сознания посредством интенсивного дыхания и «отключения» сознания под действием специальной музыки. Метод синхронного дыхания – подстройки для оказания терапевтической помощи при сильных стрессах. Дыхание, укрепляющее нервную систему.

Раздел 2. Общие антистрессовые методики

Лекция 7. Метод психомышечной тренировки, аудиальные психотехники. Для снятия мышечных зажимов, профилактики стрессов, повышения жизненного тонуса комплекс методик Л.А. Пергаменщика.

Лекция 8. Мобилизующие психотехники, методы медитативной визуализации. Мобилизующая микро-пауза(по А.А. Репину). Метод прогрессивного расслабления Эдмунда Якобсона. Техника пространственной визуализации «Горная вершина».

Лекция 9.Психотехники саморегуляции с погружением. Комплексы аутогенной тренировки, достижение гармонии с внешним миром; аудиальная и дыхательная терапия. Метод И.Г. Шульца»

Лекция 10. Психогимнастика. Психотерапевтические техники. Визуальная техника «Звездный экран»,Техника арттерапии. Рефрейминг «Учимся на ошибках»(авторы А. Эллис и К. Макларен).Техника аффирмаций.

Лекция 11.Таймменеджмент: Слоны и лягушки» (по Г. Архангельскому).

Лекция 12.Метод интервенций. Психосинтез Упражнение «Шаг в благополучие», «Визит благодарности», «Ретроспектива жизни», «Три вопроса»

Лекционные занятия

Таблица 5.2.1

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема лекции
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
	1	3	3	5	6
1.	1	2	-	-	Факторы и основные симптомы стресса. Динамика стресса
2.	1	2	-	-	Повышенная тревожность, страх потерять работу.
3.	1	2	-	-	Организация и проведение психологических тренингов постстрессменеджменту
4.	1	2	-	-	Обучение приемам самоконтроля в формате тренинга.
5.	1	2	-	-	Метод РЕТРИ. Антистрессовые правила поведения
6.	1	2	-	-	Методы релаксации, дыхательные техники при стрессе.
7.	2	2	-	-	Метод психомышечной тренировки, аудиальные психотехники.
8.	2	2	-	-	Мобилизующие психотехники, методы медитативной визуализации.
9.	2	2	-	-	Психотехники саморегуляции с погружением.
10.	2	2			Психогимнастика. Психотерапевтические техники
11.	2	2			Таймменеджмент
12.		2			Метод интервенций. Психосинтез.
Итого:		24		-	

Практические занятия

Таблица 5.2.2

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема практического занятия
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
1	2	3	4	5	6
1	1	2	-	-	Факторы и основные симптомы стресса
2	1	2	-	-	Депрессивное состояние
3	1	2	-	-	Методы релаксации и декатастрофизации.
4	2	2	-	-	Понятие эмоциональной компетентности.
5	2	2	-	-	Антистрессовые правила поведения
6	2	2	-	-	Достижения измененного состояния сознания посредством интенсивного дыхания
Итого		12	-	-	

Лабораторные работы

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены

Самостоятельная работа студента

Таблица 5.2.3

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема	Вид СРС
		ОФО	ЗФО	ОЗФО		
1	2	3	4	5	6	7
1	1	7	-	-	Факторы и основные симптомы стресса. Динамика стресса	Тезирование темы
2	1	7	-	-	Повышенная тревожность, страх потерять работу.	Основные тезисы темы
3	1	7	-	-	Организация и проведение психологических тренингов постстрессменеджменту	Тезирование темы
4	1	7	-	-	Обучение приемам самоконтроля в формате тренинга.	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
5	1	7	-	-	Метод РЕТРИ. Антистрессовые правила поведения	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
6	1	7	-	-	Методы релаксации, дыхательные техники при стрессе.	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
7	2	7	-	-	Метод психомышечной тренировки, аудиальные психотехники.	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
8	2	7	-	-	Мобилизующие психотехники, методы медитативной визуализации.	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
9	2	7			Психотехники саморегуляции с погружением.	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
10	2	7			Психогимнастика. Психотерапевтические техники	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
11	2	8			Таймменеджмент	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
12	2	8	-	-	Метод интервенций. Психосинтез.	Подготовка 10 тестовых заданий по теме
						Подготовка к экзамену
Итого:		24			Х	Х

5.2.3. Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

- визуализация учебного материала в PowerPoint в диалоговом режиме (лекционные занятия);
- работа в малых группах (практические занятия);
- разбор практических ситуаций (практические занятия).

6. Тематика курсовых работ/проектов

Курсовые работы/проекты учебным планом не предусмотрены.

7. Контрольные работы

Контрольные работы у ЗФО не предусмотрены учебным планом

8. Оценка результатов освоения дисциплины

8.1. Критерии оценивания степени полноты и качества освоения компетенций в соответствии с планируемыми результатами обучения приведены в Приложении 1.

8.2. Рейтинговая система оценивания степени полноты и качества освоения компетенций обучающихся очной формы обучения представлена в таблицах 8.1-8.2.
3 семестр

Таблица 8.1

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	2	3
1 текущая аттестация		
1.1	Устный опрос по темам курса	10
1.2	Работа в тренинговых группах	20
	ИТОГО за первую текущую аттестацию	30
2 текущая аттестация		
2.1	Устный опрос по темам курса	10
2.2	Работа в тренинговых группах	20
	ИТОГО за вторую текущую аттестацию	30
3 текущая аттестация		
3.1	Работа в тренинговых группах	20
3.2.	Итоговый Тестовый контроль по темам курса	20
	ИТОГО за третью текущую аттестацию	40
	ВСЕГО	100

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Перечень рекомендуемой литературы представлен в Приложении 2.

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Электронный каталог/Электронная библиотека ТИУ <http://webirbis.tsogu.ru/>
- Цифровой образовательный ресурс – библиотечная система IPR SMART — <https://www.iprbookshop.ru/>
- Электронно-библиотечная система «Консультант студента» www.studentlibrary.ru
- Электронно-библиотечная система «Лань» <https://e.lanbook.com>
- Образовательная платформа ЮРАЙТ www.urait.ru
- Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU <http://www.elibrary.ru>
- Национальная электронная библиотека (НЭБ)
- Библиотеки нефтяных вузов России :
- Электронная нефтегазовая библиотека РГУ нефти и газа им. Губкина <http://elib.gubkin.ru/>,

- Электронная библиотека Уфимского государственного нефтяного технического университета <http://bibl.rusoil.net/> ,
- Библиотечно-информационный комплекс Ухтинского государственного технического университета УГТУ <http://lib.ugtu.net/books>
- [Электронная справочная система нормативно-технической документации «Технорматив»](#)
- [ЭКБСОН - информационная система доступа к электронным каталогам библиотек сферы образования и науки](#)

9.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в т.ч. отечественного производства:

1. Microsoft Office Professional Plus;
2. Microsoft Office Windows

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения для проведения всех видов работы, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимым оборудованием и техническими средствами обучения.

Таблица 10.1

Обеспеченность материально-технических условий реализации ОПОП ВО

№ п/п	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
1	2	3	4
1	Антистрессовые методики	<p>Лекционные занятия: Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации, Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья, доска аудиторная. Компьютер в комплекте, проектор, проекционный экран.</p>	625039, Тюменская область, г. Тюмень, ул. Мельникайте, д.70
		<p>Практические занятия: Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практические, лабораторные занятия); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья, доска аудиторная. Компьютер в комплекте, проектор, проекционный экран.</p>	

11. Методические указания по организации СРС

11.1. Методические указания по подготовке к практическим занятиям.

На практических занятиях обучающиеся знакомятся с содержанием задания, изучают методику и выполняют письменную работу в формате практического задания. Для эффективной работы, обучающиеся должны иметь соответствующие канцелярские принадлежности, конспект лекций. В процессе подготовки к практическим занятиям, обучающиеся могут прибегать к консультациям преподавателя.

Задания для выполнения на практических занятиях, раздаточный и справочный материал обучающиеся получают индивидуально от преподавателя.

11.2. Методические указания по организации самостоятельной работы.

Самостоятельная работа: методические рекомендации по организации самостоятельной работы для обучающихся всех направлений подготовки (уровень бакалавриата) и форм обучения / сост. С.С. Ситёва, отв. редактор М.Л. Белоножко; Тюменский индустриальный университет. – Тюмень: Издательский центр БИК ТИУ, 2020. – 16 с.

**Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их
оценивания**

Дисциплина «Антистрессовые методики»

Код, направление подготовки: 37.03.02 «Конфликтология»

Направленность (профиль): Организационно-управленческие конфликты

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
			1-2	3	4	5
1	1	2	3	4	5	6
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Эффективно управляет собственным временем.	3-1. Знает процесс организации своего времени	Не знает процесс организации своего времени	Не достаточно знает процесс организации своего времени	Хорошо знает процесс организации своего времени	Отлично знает процесс организации своего времени
		У-1. Умеет критически оценить эффективность использования временных и других ресурсов при решении профессиональных задач	Не умеет критически оценить эффективность использования временных и других ресурсов при решении профессиональных задач	Не достаточно умеет критически оценить эффективность использования временных и других ресурсов при решении профессиональных задач	Хорошо умеет критически оценить эффективность использования временных и других ресурсов при решении профессиональных задач	Отлично умеет критически оценить эффективность использования временных и других ресурсов при решении профессиональных задач
	УК-6.2. Планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по её реализации.	3-1. Знает свои личностные особенности и возможности в контексте самобразования	Не знает свои личностные особенности и возможности в контексте самобразования	Не достаточно знает свои личностные особенности и возможности в контексте самобразования	Хорошо знает свои личностные особенности и возможности в контексте самобразования	Отлично знает свои личностные особенности и возможности в контексте самобразования
		У-1. Умеет планировать траекторию своего профессионального развития в соответствии с современными трендами рынка труда, а также основами карьерного роста в своей профессиональной деятельности	Не умеет планировать траекторию своего профессионального развития в соответствии с современными трендами рынка труда, а также основами карьерного роста в своей профессиональной деятельности	Не достаточно умеет планировать траекторию своего профессионального развития в соответствии с современными трендами рынка труда, а также основами карьерного роста в своей профессиональной деятельности	Хорошо умеет планировать траекторию своего профессионального развития в соответствии с современными трендами рынка труда, а также основами карьерного роста в своей профессиональной деятельности	Отлично умеет планировать траекторию своего профессионального развития в соответствии с современными трендами рынка труда, а также основами карьерного роста в своей профессиональной деятельности
	УК-6.3. Использует предоставляемые возможности	3-3. Знает содержание и принципы самоорганизации саморазвития	Не знает содержание и принципы самоорганизации саморазвития	Не достаточно знает содержание и принципы самоорганизации саморазвития	Хорошо знает содержание и принципы самоорганизации саморазвития	Отлично знает содержание и принципы самоорганизации саморазвития

	для приобретения новых знаний и навыков.	У-3. Умеет планировать цели и направления своей социальной и профессиональной деятельности с учетом личностных характеристик, внешних и внутренних факторов и угроз	Не Умеет планировать цели и направления своей социальной и профессиональной деятельности с учетом личностных характеристик, внешних и внутренних факторов и угроз	Не достаточно умеет планировать цели и направления своей социальной и профессиональной деятельности с учетом личностных характеристик, внешних и внутренних факторов и угроз	Хорошо умеет планировать цели и направления своей социальной и профессиональной деятельности с учетом личностных характеристик, внешних и внутренних факторов и угроз	Отлично умеет планировать цели и направления своей социальной и профессиональной деятельности с учетом личностных характеристик, внешних и внутренних факторов и угроз
ПКС-3 Способен организовывать адаптацию и стажировку персонала	ПКС-3. 1. Способствует формированию условий адаптации и стажировок персонала.	3.1. Знает основные закономерности зарождения конфликтов, их динамику, структуру.	Не знает закономерности зарождения конфликтов, их динамику, структуру.	Знает основные закономерности и зарождения конфликтов, их динамику, структуру, допуская ряд ошибок	Знает основные закономерности зарождения конфликтов, их динамику, структуру.	Знает в совершенстве основные закономерности зарождения конфликтов, их динамику, структуру.
		У.1 Умеет формировать условия адаптации и стажировок персонала.	Не умеет формировать условий адаптации и стажировок персонала	Умеет формировать условий адаптации и стажировок персонала, допуская ряд ошибок	Умеет формировать условий адаптации и стажировок персонала	Умеет в совершенстве формировать условий адаптации и стажировок персонала
	ПКС-3. 2. Использует порядок разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах, подготовки, переподготовки и повышения квалификации персонала и организации стажировок.	У.2. Умеет внедрять системы адаптации работников в корпоративную культуру.	Не умеет внедрять системы адаптации работников в корпоративную культуру.	Умеет внедрять системы адаптации работников в корпоративную культуру, допуская ряд ошибок	Умеет внедрять системы адаптации работников в корпоративную культуру.	Умеет в совершенстве внедрять системы адаптации работников в корпоративную культуру.
		В.2. Владеет порядком разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах	Не владеет порядком разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах	Владеет порядком разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах, допуская ряд ошибок	Владеет порядком разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах	Владеет в совершенстве порядком разработки планов адаптации персонала на новых рабочих местах
ПКС-3.5. Внедряет системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью	3.5.Знает системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью соблюдения норм этики делового общения.	Не знает системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью соблюдения норм этики делового общения.	Знает системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью соблюдения норм этики делового общения, допуская ряд ошибок	Не знает системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью соблюдения норм этики делового общения.	Не знает в совершенстве системы вовлечения работников в корпоративную культуру с целью соблюдения норм этики делового общения.	

<p>соблюдения норм этики делового общения.</p>		<p>В.5 Владеет навыками подготовки предложений по совершенствованию системы адаптации, стажировки персонала с целью минимизации препятствий изменениям, поиска инструментов управления для предотвращения и разрешения конфликтных</p>	<p>Не владеет навыками подготовки предложений по совершенствованию системы адаптации, стажировки персонала с целью минимизации препятствий изменениям, поиска инструментов управления для предотвращения и разрешения конфликтных</p>	<p>Владеет навыками подготовки предложений по совершенствованию системы адаптации, стажировки персонала с целью минимизации препятствий изменениям, поиска инструментов управления для предотвращения и разрешения конфликтных, допуская ряд ошибок</p>	<p>Владеет навыками подготовки предложений по совершенствованию системы адаптации, стажировки персонала с целью минимизации препятствий изменениям, поиска инструментов управления для предотвращения и разрешения конфликтных</p>	<p>Владеет в совершенстве навыками подготовки предложений по совершенствованию системы адаптации, стажировки персонала с целью минимизации препятствий изменениям, поиска инструментов управления для предотвращения и разрешения конфликтных</p>
------------------------------------------------	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**КАРТА
обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой**

Дисциплина «Антистрессовые методики»

Код, направление подготовки: 37.03.02 «Конфликтология»

Направленность (профиль): Организационно-управленческие конфликты

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта в ЭБС (+/-)
1	2	3	4	5	6
1	Водопьянова, Наталия Евгеньевна. Стресс-менеджмент : учебник для вузов / Н. Е. Водопьянова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 283 с. - (Высшее образование). - URL: https://urait.ru/bcode/492275 - Режим доступа: для автор. пользователей. - ЭБС "Юрайт". -	ЭР*	25	100%	+
2	Леонов Н.И. Психология конфликта: методы изучения конфликтов и конфликтного поведения : учебник для вузов / Н. И. Леонов. - 3-е изд., пер. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2022. - 264 с. - (Высшее образование). - URL: https://urait.ru/bcode/487709 - Режим доступа: для автор. пользователей. - ЭБС "Юрайт".	ЭР*	25	100%	+

*ЭР – электронный ресурс доступный через Электронный каталог/Электронную библиотеку ТИУ <http://webirbis.tsogu.ru/>

