

# АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

## СТРЕСС-МЕНЕДЖМЕНТ

**Автор:** канд. экон. наук Соколов А.А.

**Код и наименование направления подготовки, профиль:** 38.04.03 Управление персоналом, Управление обучением, конкурентоспособностью, трудоустройством и профессиональной карьерой персонала.

**Квалификация (степень) выпускника:** магистр.

**Форма обучения:** очная, заочная.

**Цель освоения дисциплины:** сформировать компетенции Способность обеспечивать профилактику конфликтов в кросскультурной среде, поддерживать комфортный морально-психологический климат в организации и эффективную организационную культуру, Способность разрабатывать программы первоочередных мер по созданию комфортных условий труда в организации, оптимальные режимы труда и отдыха, обеспечения безопасности для различных категорий персонала организации.

### Формы текущего контроля и промежуточной аттестации

В ходе реализации дисциплины «Стресс-менеджмент» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

№ п./п.	Наименование тем (разделов)	Методы текущего контроля успеваемости
<b>Очная и заочная форма</b>		
Тема 1	Стресс и проблема адаптации	Устный опрос
Тема 2	Классическая теория стресса Г. Селье, ее роль в развитии концепций изучения стресса	Устный опрос
Тема 3	Современные подходы к анализу профессионального стресса	Устный опрос
Тема 4	Острые и хронические формы стрессовых состояний	Устный опрос
Тема 5	Синдромы личностных и поведенческих деформаций стрессового типа	Устный опрос
Тема 6	Методы профилактики и коррекции стресса	Устный опрос

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена методом устного опроса.

### Основная литература

1. Нестерова О.В. Управление стрессами [Электронный ресурс]: учебное пособие. – Московский финансово-промышленный ун-т «Синергия», 2012. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/17051>.

2. Дэвид Льюис. Управление стрессом [Электронный ресурс]: как найти дополнительные 10 часов в неделю. – М.: Альпина Паблишер, 2016. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/41477.html>.

3. Майкл Часкалсон. Живи осознанно, работай продуктивно [Электронный ресурс]: 8-недельный курс по управлению стрессом. – М.: Альпина Паблишер, 2016. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/42084.html>.