

АНОТАЦІЯ
вибіркової дисципліни
«СТРЕСОСТІЙКІСТЬ У ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ
ПІДРОЗДІЛІВ ПРЕВЕНТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ»

Мета вивчення навчальної - формування у здобувачів вищої освіти знань і практичних умінь щодо механізмів виникнення професійного стресу, розвитку та підтримання стресостійкості у діяльності працівників підрозділів превентивної діяльності, оволодіння методами саморегуляції, профілактики професійного вигорання та забезпечення психологічної готовності до дії у складних службових ситуаціях.

Очікувані результати навчання. За результатами вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти повинні

знати:

1. сутність, природу та види професійного стресу у підрозділах превентивної діяльності;
2. психологічні механізми стресу, емоційного напруження та професійного вигорання;
3. фактори ризику, що впливають на зниження стресостійкості працівників поліції;
4. основні моделі та методи розвитку стресостійкості;
5. техніки психологічної саморегуляції й емоційної стабілізації у службовій діяльності;
6. принципи організації стрес-менеджменту в правоохоронній сфері та етичні засади підтримки психічного здоров'я персоналу.

вміти:

1. розпізнавати ознаки професійного стресу та емоційного виснаження;
2. аналізувати стресові чинники службової діяльності та їх вплив на прийняття рішень;
3. застосовувати техніки психологічної саморегуляції (дихальні методики, когнітивні стратегії, швидкі стабілізаційні техніки);
4. використовувати методи профілактики та подолання професійного вигорання;
5. забезпечувати емоційну рівновагу під час комунікації з громадянами у складних або конфліктних ситуаціях;
6. приймати обґрунтовані рішення в умовах підвищеного стресу й ризику.

Зміст програмного матеріалу:

Тема 1. Теоретичні засади стресу та стресостійкості у правоохоронній діяльності

Тема 2. Стресові чинники та ризики професійної діяльності працівників превентивних підрозділів

Тема 3. Психофізіологічні механізми стресу та емоційного напруження

Тема 4. Професійне вигорання: причини, прояви, профілактика

Тема 5. Методи та техніки розвитку стресостійкості й психологічної саморегуляції

Тема 6. Стрес-менеджмент у правоохоронній діяльності та підтримка психологічної готовності працівників

Обсяг (у кредитах ЄКТС/годинах) 3/90

Форма контролю залік

Кафедра, що забезпечує викладання навчальної дисципліни кафедра соціальних дисциплін