

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ
СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Институт «Высшая школа государственного управления»

АННОТАЦИЯ

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации

«СТРЕСС-МЕНЕДЖМЕНТ. РАБОТА С ВЫГОРАНИЕМ»

(наименование программы)

1. Программа разработана на основании:

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденный приказом Минобрнауки России от 29.07.2020 № 841 (зарегистрировано в Минюсте России 21.08.2020 № 59373);
- Профессиональный стандарт «Специалист по управлению рисками», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 30 августа 2018 года № 564н (зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 17 сентября 2018 года, регистрационный № 52177).

2. Категория слушателей: федеральные государственные гражданские служащие Аппарата Правительства Российской Федерации, замещающие должности государственной гражданской службы высшей, главной, ведущей, старшей групп должностей категории «руководители», «помощники (советники)», «специалисты», «обеспечивающие специалисты».

3. Форма обучения: очная форма обучения с использованием дистанционных образовательных технологий.

4. Период реализации программы составляет 3 недели 3 дня.

5. Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

6. Период актуальности программы составляет один календарный год с даты утверждения на Ученом совете Академии, программа актуальна до 17 октября 2024г.

7. Основные темы программы:

1.	Типологии людей: психология и коммуникации
2.	Эмоциональный интеллект
3.	Личная эффективность: самоанализ и саморазвитие
4.	Управление стрессом

8. Основная литература:

1. Водопьянова, Н. Е. Стресс-менеджмент: учебник для вузов / Н. Е. Водопьянова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06475-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/viewer/stress-menedzhment-514353>;
2. Одинцова, М. А. Психология стресса: учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 291 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16913-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/viewer/psihologiya-stressa-532004>;
3. Либина, А. В. Психология совладания: учебное пособие для вузов / А. В. Либина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 318 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11605-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/viewer/psihologiya-sovladaniya-518371>;
4. Бохан, Т. Г. Психология стресса: системный подход: учебное пособие / Т. Г. Бохан. — Томск: Издательский Дом Томского государственного университета, 2019. — 140 с. — ISBN 978-5-94621-794-1. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/116828.html>;
1. Стресс-менеджмент в кадровой службе: учебное пособие (практикум) / составители И. В. Белашева, А. Д. Ложечкина. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2019. —

127 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/92756.html>;

2. Кроль, Л. Эмоциональный интеллект лидера / Л. Кроль; под редакцией А. Новресли. — Москва: Альпина Пабlishер, 2019. — 220 с. — ISBN 978-5-9614-2596-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/118491.html>;

5. Филатов, Ф. Р. Общая психология: эмоции, чувства, воля: учебник / Ф. Р. Филатов. — Ростов-на-Дону: Донской государственный технический университет, 2022. — 236 с. — ISBN 978-5-7890-1981-8. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/122357.html>.