



Аннотация к программе «Снятие учебного и рабочего стресса (телесно - ориентированные методы)»

Современные профессиональные стандарты предъявляют высокие требования к уровню квалификации современных специалистов, владению ими профессиональных компетенций и выполняемым трудовым функциям.

««Снятие учебного и рабочего стресса (телесно - ориентированные методы)» - обучающий курс повышения квалификации, адресованный в первую очередь работникам образования, специфика деятельности которых сопряжена с высокой психоэмоциональной нагрузкой.

Цель Программы: Совершенствование профессиональных компетенций обучающихся в области применения телесно-ориентированных методов для снятия учебного и рабочего стресса.

Особенностью данной Программы является ее практическая ориентированность и нацеленность на освоение слушателями курса прикладных телесно-ориентированных методов снятия учебного и рабочего стресса, а также установка на интерактивность

В процессе обучения слушатели получают:

- представление о современных теориях стресса, методах предупреждения и снятия стрессового напряжения;
- изучают стресс и его влияние на когнитивную и телесную сферы; знакомятся со способами повышения эффективности, взаимодействием процесса восприятия и мышления для решения различных задач;
- учатся определять причины трудностей, возникающих у обучающихся в овладении навыками и умениями в процессе обучения;
- овладевают современными здоровьесберегающими методиками преодоления и коррекции трудностей в обучении и профессиональной деятельности

В рамках курса слушатели на высоком профессиональном уровне освоят следующие разделы:

Стрессовая составляющая образовательного процесса, её представленность в телесных паттернах

Техники профилактики стрессовых состояний и коррекционная работа телесно-ориентированными методами

Курс разработан для специалистов, которые получили среднее профессиональное образование или высшее образование, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ, профессиональными стандартами и квалификационными требованиями.

Программа обучения слушателей рассчитана на **144 часа**.

В обучении применяются методики и принципы современных интерактивных образовательных технологий: лекционные занятия, тренинги, видеолекции и презентации, тестовые задания, решение кейсовых заданий, практические занятия.

Форма обучения: очная

Форма документа, выдаваемого по результатам освоения программы –
Удостоверение о повышении квалификации