

**АННОТАЦИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

«ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА»

Цель и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины «Психология стресса» – изучить современные концепции стресса, причины его возникновения и влияние на здоровье человека; познакомить студентов с немедленными и отдаленными последствиями стрессогенных факторов, психологическими методами его диагностики, коррекции и техниками оказания психологической помощи.

Задачи изучения дисциплины «Психология стресса»:

- раскрыть причины возникновения стресса;
- рассмотреть основные стадии протекания стресса;
- сформировать навыки диагностики и регуляции стресса.
- познакомиться с психологическими методами и приемами профилактики, коррекции и терапии стресса в различных условиях для того, чтобы формировать, поддерживать и восстанавливать морально-психологическое состояние человека.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Код и наименование (при наличии) компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация) ОПК-4 Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования	ИОПК 4.1 Ориентируется в основных формах психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций. ИОПК 4.2 Применяет соответствующие формы психологической помощи лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования	Знать: стрессовые ситуации и их специфику; психологические симптомы стресса; методы экстренной психологической помощи; методы противостояния страху. Уметь: отличать стресс от пограничных состояний; оценивать самочувствие, активность и настроение; применять психологические методы и приемы профилактики стресса. Владеть: навыками применения психокоррекционных подходов при терапии стресса.
Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация) ОПК-5	ИОПК 5.1 Умеет организовывать мероприятия по оказанию психологической помощи. ИОПК 5.2	Знать: основные характеристики стрессоустойчивого поведения; причины травматического стресса;

<p>Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера</p>	<p>Применяет стандартные программы психологического сопровождения, развития и коррекции в основных областях деятельности психолога.</p>	<p>характеристику диагностических критериев ПТСР. Уметь: анализировать индивидуально-психологические черты личности; методики и техники психологической коррекции. Владеть: навыками оказания психологической помощи при стрессе.</p>
--	---	---

Содержание дисциплины

<p align="center">Наименование тем (разделов)</p>
<p>Тема 1. Стресс как общий адаптационный синдром. Проявления стресса у человека</p>
<p>Тема 2. Психологический стресс и его детерминанты</p>
<p>Тема 3. Характеристика стрессоустойчивого поведения</p>
<p>Тема 4. Психодиагностические методики оценки стрессового воздействия</p>
<p>Тема 5. Психологическая помощь при травматическом стрессе. Методики и техники психологической коррекции</p>

Форма контроля – зачет