

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА

<b>Направление подготовки (специальность)</b>	37.03.01 Психология
<b>Направленность (профиль) подготовки</b>	Психология
<b>Цель освоения дисциплины</b>	формирование у студентов системных представлений о стрессе, его причинах, проявлениях и последствиях; формирование умений проводить научно обоснованную диагностику стресса и состояний сниженной работоспособности и реализовывать программы профилактики возникновения стресса, а также программы обучения приемам стресс-менеджмента.
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	3 зач. ед. / 108 часа
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	зачет
<b>Краткое содержание дисциплины:</b>	<p>Для достижения цели студентам необходимо освоить следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– предоставить студентам научную и практическую информацию по проблеме диагностики и управления стрессом в разных типах организаций и коллективов;</li> <li>– ознакомить с методическими средствами, обеспечивающими системную диагностику стресса;</li> <li>– предоставить методические материалы для практического освоения средств и приемов стресс-менеджмента;</li> <li>– развить у студентов умения и навыки, связанные с применением теоретических знаний о профилактике, диагностике и борьбы со стрессом.</li> </ul>

Аннотацию рабочей программы составил           *ау*           ст. преподаватель Шефов С.А.  
 (ФИО, должность, подпись)