

## АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА»

Направление подготовки: 37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ

Уровень высшего образования: БАКАЛАВРИАТ

Форма обучения: ОЧНО-ЗАОЧНАЯ

Семестр: IX СЕМЕСТР

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель курса** - 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.

#### Задачи курса:

- предоставить студентам научную и практическую информацию по проблеме диагностики и управления стрессом в разных типах организаций и коллективов;
- ознакомить с методическими средствами, обеспечивающими системную диагностику стресса;
- предоставить методические материалы для практического освоения средств и приемов стресс-менеджмента;
- развить у студентов умения и навыки, связанные с применением теоретических знаний о профилактике, диагностике и борьбы со стрессом.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Психология стресса» относится к дисциплинам по выбору вариативной части учебного плана.

Пререквизиты дисциплины: «Общая психология», «Возрастная психология и психология развития», «Психофизиология».

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<i>ОПК-1</i> - способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникативных технологий и	<i>Частично</i>	<b>Знать</b> основные требования к библиографическому описанию книг, способы организации информационно-поисковой работы; нормативно- правовые основы информационного обмена, основные угрозы безопасности при работе с информацией; современное состояние и

<p>с учетом основных требований информационной безопасности</p>		<p>тенденции развития компьютерной техники, основные методы, способы и средства получения, хранения и переработки информации; особенности современных информационных технологий и основные принципы устройства сети Интернет, основные общие и психологические ресурсы Интернета;</p> <p><b>Уметь</b> осуществлять самостоятельный библиографический и информационный поиск; организовывать и выполнять мероприятия по обеспечению защиты информации; при помощи компьютерной техники осуществлять поиск, хранение и переработку необходимой информации; использовать современные информационные технологии и систему Интернет в профессиональной деятельности;</p> <p><b>Владеть</b> навыками использования данных библиографического и информационного поиска при решении профессиональных задач, в том числе в процессе оформления научных статей, отчетов, заключений; навыками поддержания информационной безопасности, в том числе защиты государственной тайны; навыками работы с различными компьютерными информационными базами; приемами и методами профильного использования современных информационных технологий, в том числе различных офисных приложений, и сети Интернет</p>
<p><i>ПК-1</i> - способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности</p>	<p><i>Частично</i></p>	<p><b>Знать</b> стандартные программы по предупреждению и способы профилактики отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, систему психологических категорий и методов, необходимых для профессиографии, а так же психологические последствия влияния на человека различных видов профессиональной деятельности;</p> <p><b>Уметь</b> применять программы и методы, направленные на гармонизацию психического функционирования человека и предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, разрабатывать программу психологического обследования субъектов труда и их деятельности в связи с конкретным социальным заказом;</p> <p><b>Владеть</b> навыками анализа последствий влияния на человека профессиональной деятельности, а также стандартными программами, профилактики отклонений в социальном и личностном статусе и</p>

		развитии, навыками проведения психологического анализа конкретных видов труда, профессиональных задач и ситуаций; разработки психологического портрета профессионала
ПК-2 - способность к отбору и применению психодиагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей математико-статистической обработкой данных и их интерпретаций	Частично	<p><b>Знать</b> основные методы математического анализа и моделирования, особенности применения стандартных статистических пакетов для обработки данных, полученных в ходе теоретических и экспериментальных исследований; особенности и сферу применения основных психодиагностических методик, способы математико-статистической обработки их результатов;</p> <p><b>Уметь</b> применять методы математического анализа и статистики в исследовательской и практической деятельности, осуществлять отбор и применение психодиагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов;</p> <p><b>Владеть</b> навыками применения основных методов математического анализа и моделирования, стандартных статистических пакетов для обработки данных, основными приемами диагностики, критериями выбора психодиагностических методик, способами их последующей математико-статистической обработки</p>

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часа.

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС		
1	Классическая теория стресса и современные концепции изучения	9		4	4		19	4/50%	рейтинг-контроль №1

	стресса. Формы проявления, признаки и особенности развития стресса		1-6						
2	Стресс как фактор развития личности Профессиональный стресс в жизни современного специалиста	9	7-10	4	4		19	4/50%	
3	Концептуальные подходы к проблеме преодоления стресса	9	11-14	4	4		19	4/50%	рейтинг-контроль №2
4	Методы оценки и Оптимизации уровня стресса Методы профилактики и коррекции стресса	9	15-18	4	4		19	4/50%	рейтинг-контроль №3
<b>Всего за 9 семестр</b>		<b>9</b>		<b>16</b>	<b>16</b>		<b>76</b>	<b>16/50%</b>	<b>Зачет</b>
<b>Наличие в дисциплине КП/КР</b>					-				
<b>Итого по дисциплине</b>		<b>9</b>		<b>16</b>	<b>16</b>		<b>76</b>	<b>16/50%</b>	<b>Зачет</b>

## 5. ВИД АТТЕСТАЦИИ

Изучение дисциплины заканчивается *зачетом*.

## 6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ

Общая трудоемкость дисциплины составляет *3 зачетные единицы, 108 часов*.

Составитель:

доцент кафедры общей и педагогической психологии, к.психол.н.



Пронина Е.В.

(ФИО, подпись)

Заведующая кафедрой общей и педагогической психологии к. психол.н.



Пронина Е.В.

(ФИО, подпись)

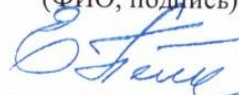
Председатель учебно-методической комиссии направления 37.03.01 Психология Зав.каф. ПЛиСП ГумИ ВлГУ, к.психол. н., доцент



Филатова О.В.

(ФИО, подпись)

Директор ГумИ



Петровичева Е.М.

(ФИО, подпись)

Дата: 02.07.2018

Печать института

