

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
(АНО ВО МГЭУ)
НИЖЕГОРОДСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

УТВЕРЖДАЮ
Директор НИ (Ф) АНО ВО МГЭУ
 Е.Б. Жбаков
«29» апреля 2019г



АННОТАЦИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.10 «ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА»

направление подготовки **37.03.01 Психология**
направленность (профиль) основной профессиональной образовательной
программы прикладного бакалавриата:
«Психологическое консультирование»

Формы обучения:	очная, заочная
Виды профессиональной деятельности:	практическая
Учебный год:	2019-2020

Нижний Новгород 2019

1. Цели и задачи обучения по дисциплине

Цель обучения по дисциплине «Психология стресса» – представить современные концепции стресса, причины его возникновения и влияние на здоровье человека; познакомить студентов с немедленными и отдаленными последствиями стрессогенных событий, психологическими методами его диагностики и коррекции и техниками оказания психологической помощи.

Задачи изучения дисциплины «Психология стресса»:

- познакомить студентов со структурой и функциями стресса, закономерностями его возникновения, влиянием на деятельность и жизнь человека;
- сформировать навыки диагностики и регуляции стресса у себя и лиц, обращающихся за психологической помощью.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Психология стресса» направлен на формирование у студентов, обучающихся по программе высшего образования – программе бакалавриата – по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) программы прикладного бакалавриата: «Психологическое консультирование» профессиональных компетенций ПК-1, ПК-3.

Код и описание компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p style="text-align: center;">ПК-1</p> <p>(способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности)</p>	<p>Знает: структуру, функции стресса, закономерности его возникновения, влияние стресса на деятельность и жизнь человека; стандартные программы, направленные на предупреждение стресса;</p>
	<p>Умеет: применять стандартные программы, психокоррекционные техники на различных этапах стресса;</p>
	<p>Владеет: основными приемами применения стандартных программ, психокоррекционных техник на различных этапах стресса;</p>
<p style="text-align: center;">ПК-3</p> <p>(способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий)</p>	<p>Знает: стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе психологической помощи на различных этапах стресса;</p>
	<p>Умеет: осуществлять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе психологической помощи на различных этапах стресса;</p>
	<p>Владеет: осуществлять стандартные базовые процедуры оказания индивиду, группе психологической помощи на различных этапах стресса;</p>

3. Указание места дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.10 «Психология стресса» реализуется в рамках вариативной части Блока I «Дисциплины (модули)» программы бакалавриата.

Дисциплина «Психология стресса» реализуется в 6-м семестре у обучающихся в очной форме обучения, в 8-м семестре у обучающихся в заочной форме обучения. В качестве промежуточной аттестации по дисциплине предусмотрен зачет, в 6-м семестре у обучающихся в очной форме обучения, зачет в 8-м семестре у обучающихся в заочной форме обучения, который входит в общую трудоемкость дисциплины.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций ПК-1, ПК-3 определяется в период государственной итоговой аттестации.

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебной работы) и на самостоятельную работу обучающихся

Согласно учебным планам общая трудоемкость дисциплины «Психология стресса» составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 6
Контактная работа*(аудиторные занятия) всего, в том числе:	48	48
лекции	16	16
практические	32	32
Самостоятельная работа*всего:	24	24
Промежуточная аттестации - зачет		
Общая трудоемкость	72	72

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 8
Контактная работа*(аудиторные занятия) всего, в том числе:	14	14
лекции	6	6
практические	8	8
Самостоятельная работа*всего:	54	54
Промежуточная аттестации - зачет	4	4
Общая трудоемкость	72	72

* для обучающихся по индивидуальному учебному плану количество часов контактной и самостоятельной работы устанавливается индивидуальным учебным планом

5. Краткое содержание дисциплины

- Стресс – общий адаптационный синдром. Проявления стресса у человека;
- Психологические травмы. Психология посттравматического стресса;
- Синдром посттравматических стрессовых нарушений;
- Физическое, сексуальное и психологическое насилие;

- Синдром утраты. Причины, симптомы и признаки возникновения депрессии;
- Психодиагностические методики оценки стрессового воздействия;
- Психологическая помощь при травматическом стрессе. Методики и техники психологической коррекции.