



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D1633212

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СГПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Психология стресса

(наименование учебной дисциплины)

#### Блок: вариативный (Б1.В)

#### 1. Цель и задачи дисциплины

Цель:  сформировать у студентов представления о современных концепциях изучения психологии стресса, причинах возникновения и формах проявления стрессовых состояний, влиянии стресса на успешность деятельности и здоровье людей, психологических методах диагностики и коррекции стресса;

ознакомить студентов с предметом «Психологии стресса», комплексным характером ее основных разделов, методологией и методами

##### Задачи дисциплины:

- создать у студентов целостное представление о методологии и методах, подходах и теориях стресса;
- обеспечить тесную взаимосвязь теоретического и практического курсов обучения;
- способствовать формированию у студентов навыков психолого-педагогической поддержки, коррекции, реабилитации людей, находящихся в стрессовой ситуации;
- развивать психологическую компетентность в области практической психологии.

#### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина "Психология стресса" входит в , код: Б1.В.ДВ.09.

#### 3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Изучение дисциплины "Психология стресса" направлено на формирование у обучающихся индикаторов установленных компетенций:

**ОК-6 способностью к самоорганизации и самообразованию**

**ОК-9 способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций**

**ОК-9** способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

**ОПК-3** готовностью к психолого-педагогическому сопровождению учебно-воспитательного процесса

**ОПК-6** готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

**ПК-6** готовностью к взаимодействию с участниками образовательного процесса

#### **4. Структура дисциплины**

**Общая трудоемкость дисциплины.**

2 зачетные (-ых) единиц (-ы) (72 ч.), включая промежуточную аттестацию.

**Формы контроля.**

Экзамен

**Содержание дисциплины.**

Стресс и проблемы адаптации личности к жизни в современном обществе.
Классическая теория стресса Г. Селье и возможности ее использования в психологических исследованиях.
Поведенческие модели изучения стресса.
Современные психологические подходы к изучению стресса.
Стресс и экстремальные состояния.
Длительное переживание стресса и фиксируемые формы личностной дезадаптации.
Комплексная методология оценки и коррекции психологического стресса.
Методы профилактики и коррекции стресса.