

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**Федеральное государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования "Пермский  
государственный национальный исследовательский  
университет"**

**Кафедра общей и клинической психологии**

**Авторы-составители: Корниенко Дмитрий Сергеевич  
Игнатова Екатерина Сергеевна  
Бергфельд Александра Юрьевна  
Челнокова Анастасия Викторовна  
Харламова Татьяна Михайловна**

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Код УМК 91262

Утверждено  
Протокол №10  
от «26» мая 2021 г.

Пермь, 2021

## **1. Наименование дисциплины**

Психология стресса и стрессоустойчивого поведения

## **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина входит в обязательную часть Блока « С.1 » образовательной программы по направлениям подготовки (специальностям):

Специальность: **37.05.01** Клиническая психология  
направленность Патопсихологическая диагностика и психотерапия

### **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины **Психология стресса и стрессоустойчивого поведения** у обучающегося должны быть сформированы следующие компетенции:

**37.05.01** Клиническая психология (направленность : Патопсихологическая диагностика и психотерапия)

**УК.12** Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма и противодействовать им в профессиональной деятельности

#### **Индикаторы**

**УК.12.3** Осуществляет взаимодействие на основе нетерпимого отношения к проявлениям экстремизма и терроризма, владеет навыками аргументации противодействия экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности

**ПК.5** Способен диагностировать актуальный уровень развития познавательной, эмоционально-волевой и мотивационной сферы, психических состояний, темперамента, характера, способностей, личностных черт, самосознания в норме и при психических отклонениях и прогнозировать динамику их развития

#### **Индикаторы**

**ПК.5.1** Выявляет специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска

#### 4. Объем и содержание дисциплины

<b>Специальность</b>	37.05.01 Клиническая психология (направленность: Патопсихологическая диагностика и психотерапия)
<b>форма обучения</b>	очная
<b>№№ триместров, выделенных для изучения дисциплины</b>	2
<b>Объем дисциплины (з.е.)</b>	4
<b>Объем дисциплины (ак.час.)</b>	144
<b>Контактная работа с преподавателем (ак.час.), в том числе:</b>	56
<b>Проведение лекционных занятий</b>	28
<b>Проведение практических занятий, семинаров</b>	28
<b>Самостоятельная работа (ак.час.)</b>	88
<b>Формы текущего контроля</b>	Входное тестирование (1) Итоговое контрольное мероприятие (1) Письменное контрольное мероприятие (2)
<b>Формы промежуточной аттестации</b>	Экзамен (2 триместр)

## **5. Аннотированное описание содержания разделов и тем дисциплины**

### **Тема 1. История развития учения о стрессе.**

Раскрывается понятие «стресса» и существующие варианты понимания «стресса» в современной научной литературе. Вклад Ганса Селье в изучении общего адаптационного синдрома. Рассматриваются понятия «поверхностной» и «глубокой» адаптационной энергии при общем адаптационном синдроме, «эустресса» и «дистресса». Обсуждение основных современных модели и теории стресса.

### **Тема 2. Теории психологического стресса. Методология и методы исследования стресса**

Дается определение понятия психологического стресса и особенности его дифференциации от физиологического стресса. Исследуется два вида психологического стресса: информационный и эмоциональный. Рассматриваются основные теории психологического стресса Спилберга и Лазаруса.

### **Тема 3. Вегетативная активность при стрессе.**

Анализируются три типа взаимоотношений вегетативной нервной системы и психики: поддержание психических процессов ВНС, управление психическими процессами и защитные функции. Изучается защитная вегетативная активность и роль локальной вегетативной активности при стрессе в эволюционном отборе.

### **Тема 4. Эмоционально-поведенческая активность при стрессе. Особенности мышления и общения при стрессе.**

Раскрываются индивидуальные различия эмоционально-поведенческой активности при стрессе. Анализируются активный и пассивный способы реагирования на стресс, их преимущества и недостатки. Исследуется зависимость типа реагирования (активность- пассивность) от степени экстремальности стрессового фактора и эмоциональные реакции при активном и пассивном преодолении стресса. Разъясняется эволюционное значение двух форм реагирования. Изучается активация мышления при стрессе: интегративное (композиционное) или дезинтегративное (декомпозиционное) осмысление стрессовой ситуации. Обсуждается роль обоих типов мышления для овладения стрессогенной ситуацией. Рассматриваются различные варианты изменения мышления при стрессе. Исследуется влияние эмоционального стресса на осознание и воспроизведение информации, на сон. Анализируется общение при стрессе, стадии развития общения при стрессе.

### **Тема 5. Информационный стресс.**

Дается понятие информационного (профессионального) стресса. Изучаются проблемы надежности деятельности человека-оператора в условиях воздействия экстремальных факторов. Рассматриваются факторы способствующие развитию информационного стресса и его непосредственные причины (семантические, операциональные, временные).

### **Тема 6. Формы стресса.**

Изучаются три основных группы стрессов: биологический, физиологический и патологический. Рассматриваются особенности биологического стресса у примитивных животных и его роль в эволюционном процессе. Факторы вызывающие физиологический стресс и реакции организма в зависимости от силы воздействия стрессового фактора. Причины и специфика физиологических реакций при патологическом стрессе. Анализируются особенности развития кратковременного и длительного стресса, а также периоды мобилизации адаптационных резервов.

### **Тема 7. Механизмы совладания со стрессом.**

Сравниваются механизмы психологической защиты и копинг-механизмы. Даются понятия и критерии, их сходство и параметры дифференциации. Анализируется теория копинга, его история и развитие. Рассматриваются два стиля реагирования при стрессе: проблемно-ориентированный и субъективно-ориентированный, их эффективность в зависимости от ситуации. Изучается структура

копинг-процесса, классификация и варианты копинг-поведения.

## **6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Освоение дисциплины требует систематического изучения всех тем в той последовательности, в какой они указаны в рабочей программе.

Основными видами учебной работы являются аудиторские занятия. Их цель - расширить базовые знания обучающихся по осваиваемой дисциплине и систему теоретических ориентиров для последующего более глубокого освоения программного материала в ходе самостоятельной работы. Обучающемуся важно помнить, что контактная работа с преподавателем эффективно помогает ему овладеть программным материалом благодаря расстановке необходимых акцентов и удержанию внимания интонационными модуляциями голоса, а также подключением аудио-визуального механизма восприятия информации.

Самостоятельная работа преследует следующие цели:

- закрепление и совершенствование теоретических знаний, полученных на лекционных занятиях;
- формирование навыков подготовки текстовой составляющей информации учебного и научного назначения для размещения в различных информационных системах;
- совершенствование навыков поиска научных публикаций и образовательных ресурсов, размещенных в сети Интернет;
- самоконтроль освоения программного материала.

Обучающемуся необходимо помнить, что результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем во время проведения мероприятий текущего контроля и учитываются при промежуточной аттестации.

Обучающимся с ОВЗ и инвалидов предоставляется возможность выбора форм проведения мероприятий текущего контроля, альтернативных формам, предусмотренным рабочей программой дисциплины. Предусматривается возможность увеличения в пределах 1 академического часа времени, отводимого на выполнение контрольных мероприятий.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

При проведении текущего контроля применяются оценочные средства, обеспечивающие передачу информации, от обучающегося к преподавателю, с учетом психофизиологических особенностей здоровья обучающихся.

## **7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

При самостоятельной работе обучающимся следует использовать:

- конспекты лекций;
- литературу из перечня основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля);
- текст лекций на электронных носителях;
- ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимые для освоения дисциплины;
- лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение из перечня информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине;
- методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

## 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### Основная:

1. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Ю. В. Бессонова, В. А. Бодров, И. И. Ветрова [и др.] ; под редакцией А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 512 с. — ISBN 978-5-9270-0222-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/88392.html>
2. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции: учебное пособие / Ю. В. Щербатых. — Санкт-Петербург: Питер, 2012, ISBN 978-5-459-01160-9.-256.
3. Шабанова, Т. Л. Психология профессионального стресса и стресс-толерантности : учебное пособие / Т. Л. Шабанова. — Саратов : Вузовское образование, 2014. — 121 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. <http://www.iprbookshop.ru/19530>
4. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте/[Ю. В. Бессонова и др.] ; под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. -Москва: Институт психологии РАН, 2011, ISBN 978-5-9270-0218-4.-511.- Библиогр.: с. 20-21, 473-511

### Дополнительная:

1. Одинцова, М. А. Психология стресса : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05254-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. <https://urait.ru/bcode/451167>
2. Психология деятельности в экстремальных условиях: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура и спорт"/В. Н. Непопалов [и др.] ; ред. А. Н. Блеер. -Москва: Академия, 2008, ISBN 978-5-7695-3869-8.-256.-Библиогр. в конце глав



## 9. Перечень ресурсов сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины

<http://www.oxfordjournals.org/en/> Oxford University Press Доступ к журналам широкого тематического спектра

<http://www.tandfonline.com/> Журналы издательства Taylor & Francis

<http://link.springer.com/> SpringerLink Провайдер информационных услуг, журналов по различным научным направлениям

<http://psystudy.ru> Ресурсы широкой тематики Журнал Психологические исследования

<http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/archive.html> Вестник Московского университета Серия 14.

Психология

<https://psyjournal.spbu.ru> Журнал Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология

<https://psy-journal.hse.ru/archive.html> Журнал Психология Высшей школы экономики

<http://psychologyinrussia.com> Журнал Психология в России (Psychology in Russia. State of Art)

<http://philsoc.psu.ru/vestnik> Вестник пермского университета. Философия. Психология. Социология

<https://www.psychology.ru/library> Библиотека сайта psychology.ru

<https://psy.su> Психологическая газета

<http://ppj.spbu.ru/index.php/psy/index> Петербургский психологический журнал

## 10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Образовательный процесс по дисциплине **Психология стресса и стрессоустойчивого поведения** предполагает использование следующего программного обеспечения и информационных справочных систем:

1. презентационные материалы (слайды по темам лекционных и практических занятий);
2. доступ в режиме on-line в Электронную библиотечную систему (ЭБС)
3. доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.
4. тестирование
5. Интернет-сервисы и электронные ресурсы (поисковые системы, электронная почта, онлайн энциклопедии)

Перечень необходимого лицензионного и/или свободно распространяемого программного обеспечения:

1. Офисный пакет приложений (текстовый процессор, программа для подготовки электронных презентаций);
2. Программа демонстрации видеоматериалов (проигрыватель);
3. Приложение, позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов;
4. Дисциплина не предусматривает использование специального программного обеспечения.

При освоении материала и выполнения заданий по дисциплине рекомендуется использование материалов, размещенных в Личных кабинетах обучающихся ЕТИС ПГНИУ (**student.psu.ru**).

При организации дистанционной работы и проведении занятий в режиме онлайн могут использоваться:

система видеоконференцсвязи на основе платформы BigBlueButton (<https://bigbluebutton.org/>).

система LMS Moodle (<http://e-learn.psu.ru/>), которая поддерживает возможность использования текстовых материалов и презентаций, аудио- и видеоконтент, а так же тесты, проверяемые задания, задания для совместной работы.

система тестирования Indigo (<https://indigotech.ru/>).

## **11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

1. Для проведения лекционных занятий - аудитория, оснащенная специализированной мебелью, демонстрационным оборудованием (проектор, экран, компьютер/ноутбук) с соответствующим программным обеспечением, меловой (и) или маркерной доской.
2. Для проведения занятий семинарского типа (семинары, практические занятия) - аудитория, оснащенная специализированной мебелью, демонстрационным оборудованием (проектор, экран, компьютер/ноутбук) с соответствующим программным обеспечением, меловой (и) или маркерной доской.
3. Для проведения групповых (индивидуальных) консультаций - аудитория, оснащенная специализированной мебелью, меловой (и) или маркерной доской.
4. Для проведения мероприятий текущего контроля и промежуточной аттестации - аудитория, оснащенная специализированной мебелью, демонстрационным оборудованием (проектор, экран, компьютер/ноутбук) с соответствующим программным обеспечением, меловой (и) или маркерной доской.
5. Для самостоятельной работы - аудитория для самостоятельной работы, оснащенная специализированной мебелью, помещения Научной библиотеки ПГНИУ с персональными компьютерами, с доступом к локальной и глобальной сетям.

Помещения научной библиотеки ПГНИУ для обеспечения самостоятельной работы обучающихся:

1. Научно-библиографический отдел, корп.1, ауд. 142. Оборудован 3 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
2. Читальный зал гуманитарной литературы, корп. 2, ауд. 418. Оборудован 7 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
3. Читальный зал естественной литературы, корп.6, ауд. 107а. Оборудован 5 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
4. Отдел иностранной литературы, корп.2 ауд. 207. Оборудован 1 персональным компьютером с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
5. Библиотека юридического факультета, корп.9, ауд. 4. Оборудована 11 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.
6. Читальный зал географического факультета, корп.8, ауд. 419. Оборудован 6 персональными компьютерами с доступом к локальной и глобальной компьютерным сетям.

Все компьютеры, установленные в помещениях научной библиотеки, оснащены следующим программным обеспечением:

Операционная система ALT Linux;

Офисный пакет Libreoffice.

Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»

**Фонды оценочных средств для аттестации по дисциплине  
Психология стресса и стрессоустойчивого поведения**

**Планируемые результаты обучения по дисциплине для формирования компетенции.  
Индикаторы и критерии их оценивания**

**ПК.5**

**Способен диагностировать актуальный уровень развития познавательной, эмоционально-волевой и мотивационной сферы, психических состояний, темперамента, характера, способностей, личностных черт, самосознания в норме и при психических отклонениях и прогнозировать динамику их развития**

<b>Компетенция (индикатор)</b>	<b>Планируемые результаты обучения</b>	<b>Критерии оценивания результатов обучения</b>
<p><b>ПК.5.1</b> Выявляет специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска</p>	<p>Знать специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Уметь в научных и профессиональных целях применять знания о специфике психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Владеть навыками выявления специфики психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска.</p>	<p align="center"><b>Неудовлетворител</b></p> <p>Студент не знает специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Не умеет в научных и профессиональных целях применять знания о специфике психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Не владеет навыками выявления специфики психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска.</p> <p align="center"><b>Удовлетворительн</b></p> <p>Студент знает частично специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Умеет частично в научных и профессиональных целях применять знания о специфике психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных</p>

Компетенция (индикатор)	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
		<p style="text-align: center;"><b>Удовлетворительн</b></p> <p>особенностей, кризисов развития и факторов риска. Владеет частично навыками выявления специфики психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска.</p> <p style="text-align: center;"><b>Хорошо</b></p> <p>Студент хорошо знает специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Умеет в научных и профессиональных целях применять знания о специфике психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Владеет навыками выявления специфики психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска.</p> <p style="text-align: center;"><b>Отлично</b></p> <p>Студент очень хорошо знает специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска. Умеет системно совершенствовать свой профессиональный уровень, в научных и профессиональных целях применять знания о специфике психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных</p>

Компетенция (индикатор)	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
		<p style="text-align: center;"><b>Отлично</b></p> <p>особенностей, кризисов развития и факторов риска. Успешно владеет навыками выявления специфики психического функционирования человека с учетом его антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска.</p>

### УК.12

#### Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма и противодействовать им в профессиональной деятельности

Компетенция (индикатор)	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
<p><b>УК.12.3</b> Осуществляет взаимодействие на основе нетерпимого отношения к проявлениям экстремизма и терроризма, владеет навыками аргументации противодействия экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности</p>	<p>Знает признаки и формы проявления экстремизма и терроризма, механизмы деятельности по предупреждению, пресечению и противодействию. Умеет определять проявления экстремизма и терроризма в профессиональной деятельности, оценивать риски и планировать меры пресечения или противодействия. Способен предупреждать, пресекать и противодействовать экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности с помощью аргументации.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Неудовлетворител</b></p> <p>Не знает признаки и формы проявления экстремизма и терроризма, механизмы деятельности по предупреждению, пресечению и противодействию. Не готов определять проявления экстремизма и терроризма в профессиональной деятельности, оценивать риски и планировать меры пресечения или противодействия. Не способен предупреждать, пресекать и противодействовать экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности с помощью аргументации.</p> <p style="text-align: center;"><b>Удовлетворительн</b></p> <p>Знает, но слабо структурировано признаки и формы проявления экстремизма и терроризма, механизмы деятельности по предупреждению, пресечению и противодействию. Не умеет определять проявления экстремизма и терроризма в профессиональной деятельности, оценивать риски и планировать меры пресечения или противодействия. Не способен предупреждать, пресекать и противодействовать экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности с помощью аргументации.</p>

Компетенция (индикатор)	Планируемые результаты обучения	Критерии оценивания результатов обучения
		<p style="text-align: center;"><b>Хорошо</b></p> <p>Знает признаки и формы проявления экстремизма и терроризма, механизмы деятельности по предупреждению, пресечению и противодействию.  Умеет определять проявления экстремизма и терроризма в профессиональной деятельности, оценивать риски и планировать меры пресечения или противодействия.  Не способен предупреждать, пресекать и противодействовать экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности с помощью аргументации.</p> <p style="text-align: center;"><b>Отлично</b></p> <p>Знает признаки и формы проявления экстремизма и терроризма, механизмы деятельности по предупреждению, пресечению и противодействию.  Умеет определять проявления экстремизма и терроризма в профессиональной деятельности, оценивать риски и планировать меры пресечения или противодействия.  Способен предупреждать, пресекать и противодействовать экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности с помощью аргументации.</p>

## Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации

Схема доставки : СУОС 2019 СО

**Вид мероприятия промежуточной аттестации :** Экзамен

**Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации :** Оценка по дисциплине в рамках промежуточной аттестации определяется на основе баллов, набранных обучающимся на контрольных мероприятиях, проводимых в течение учебного периода.

**Максимальное количество баллов :** 100

### Конвертация баллов в отметки

«отлично» - от 81 до 100

«хорошо» - от 61 до 80

«удовлетворительно» - от 43 до 60

«неудовлетворительно» / «незачтено» менее 43 балла

Компетенция (индикатор)	Мероприятие текущего контроля	Контролируемые элементы результатов обучения
<b>Входной контроль</b>	Тема 1. История развития учения о стрессе. <b>Входное тестирование</b>	Имеет представления об основных понятиях и процессах, рассматриваемых в рамках данной дисциплины. Обладает уровнем научного мышления, достаточным для получения знаний по данному разделу.
<b>ПК.5.1</b> Выявляет специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска <b>УК.12.3</b> Осуществляет взаимодействие на основе нетерпимого отношения к проявлениям экстремизма и терроризма, владеет навыками аргументации противодействия экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности	Тема 2. Теории психологического стресса. Методология и методы исследования стресса <b>Письменное контрольное мероприятие</b>	<b>ЗНАТЬ:</b> программы оказания психологической помощи, предполагающие использование традиционных методов и технологий. <b>УМЕТЬ:</b> выбирать программы оказания психологической помощи, предполагающие использование традиционных методов и технологий. <b>ВЛАДЕТЬ:</b> навыками реализации на практике программ оказания психологической помощи, предполагающих использование традиционных методов и технологий.

<b>Компетенция (индикатор)</b>	<b>Мероприятие текущего контроля</b>	<b>Контролируемые элементы результатов обучения</b>
<p><b>ПК.5.1</b> Выявляет специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска</p> <p><b>УК.12.3</b> Осуществляет взаимодействие на основе нетерпимого отношения к проявлениям экстремизма и терроризма, владеет навыками аргументации противодействия экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности</p>	<p>Тема 4. Эмоционально - поведенческая активность при стрессе. Особенности мышления и общения при стрессе.</p> <p><b>Письменное контрольное мероприятие</b></p>	<p><b>ЗНАТЬ:</b> программы оказания психологической помощи, предполагающие использование традиционных методов и технологий.</p> <p><b>УМЕТЬ:</b> выбирать программы оказания психологической помощи, предполагающие использование традиционных методов и технологий.</p> <p><b>ВЛАДЕТЬ:</b> навыками реализации на практике программ оказания психологической помощи, предполагающих использование традиционных методов и технологий.</p>
<p><b>ПК.5.1</b> Выявляет специфику психического функционирования человека с учетом антропометрических, возрастных, гендерных, этнических, профессиональных особенностей, кризисов развития и факторов риска</p> <p><b>УК.12.3</b> Осуществляет взаимодействие на основе нетерпимого отношения к проявлениям экстремизма и терроризма, владеет навыками аргументации противодействия экстремизму и терроризму в профессиональной деятельности</p>	<p>Тема 7. Механизмы совладания со стрессом.</p> <p><b>Итоговое контрольное мероприятие</b></p>	<p><b>ЗНАТЬ:</b> программы оказания психологической помощи, предполагающие использование традиционных методов и технологий.</p> <p><b>УМЕТЬ:</b> выбирать программы оказания психологической помощи, предполагающие использование традиционных методов и технологий.</p> <p><b>ВЛАДЕТЬ:</b> навыками реализации на практике программ оказания психологической помощи, предполагающих использование традиционных методов и технологий.</p>

### **Спецификация мероприятий текущего контроля**

#### **Тема 1. История развития учения о стрессе.**

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **0**

Проходной балл: **0**



<b>Показатели оценивания</b>	<b>Баллы</b>
1 правильный ответ	1

**Тема 2. Теории психологического стресса. Методология и методы исследования стресса**

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **1 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

<b>Показатели оценивания</b>	<b>Баллы</b>
Письменный тест, 30 вопросов, по 1 баллу	30

**Тема 4. Эмоционально - поведенческая активность при стрессе. Особенности мышления и общения при стрессе.**

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **1 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **13**

<b>Показатели оценивания</b>	<b>Баллы</b>
Письменный тест, 30 вопросов, по 1 баллу	30

**Тема 7. Механизмы совладания со стрессом.**

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы самостоятельной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **40**

Проходной балл: **17**

<b>Показатели оценивания</b>	<b>Баллы</b>
Письменный тест, 40 вопросов, по 1 баллу	40