

## Аннотация к рабочей программы дисциплины

### «Б1.В.02 Психология стресса и совладающего поведения»

**Объем трудоемкости:** 3 зачетных единиц

**Цель дисциплины:** сформировать у студентов представления и умения, связанные с возможностями психологического анализа, предупреждения и изменения негативных эффектов социального функционирования личности с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к профессиональной и другим социальным группам.

**Задачи дисциплины:**

1. Сформировать представления о психологическом содержании стресса и совладающего поведения, их механизмах и следствиях.
2. Отработать умения психологического анализа взаимного влияния личности и ситуации, как основных детерминант стресса и совладания.
3. Познакомить и научить использовать стандартные методы диагностики и программы работы по профилактике и коррекции стрессовых состояний и негативных следствий, с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к профессиональной и другим социальным группам.
4. Отработка навыков проектирования собственных программ, направленных на формирование.

**Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Психология стресса и совладающего поведения» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 "Дисциплины (модули)" учебного плана.

Основы компетенций, необходимых для освоения дисциплины, формируются в таких дисциплинах как «Организационная психология» и «Психология финансового поведения, формирование финансовой грамотности»

Параллельно с дисциплиной необходимые компетенции формируются и углубляются в таких дисциплинах как: «Психологическое сопровождение замещающих семей», «Технология коучинга в карьерном консультировании», «Психология профессий. «Методы профессиональной диагностики», «Психология организационного конфликта и переговоров», «Психология потребительского поведения».

Компетенции научно-исследовательского и диагностического типа задач профессиональной деятельности, формируемые в данной дисциплине необходимы для прохождения научно-исследовательской (квалификационной) практики и выполнения выпускной квалификационной работы (магистерской диссертации).

**Требования к уровню освоения дисциплины**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
<b>ПК-1</b> Способен идентифицировать проблему клиента и спроектировать и провести процесс консультирования, обучения или тренинга	
ИПК-1.1 Определяет проблему клиента, предлагает адекватный проблеме процесс консультирования, обучения или тренинга	Знать специфику переживания стрессов. Знать возможности профилактики, регуляции и преодоления стресса в жизни и профессии. Выбирать адекватный проблеме процесс консультирования, обучения или тренинга
ИПК – 1.2 Оказывает психологическую помощь по проблемам социализации, адаптации, профессионального	Знать направления психологической помощи с учетом характера проблемы Использовать стандартные приемы и методы для преодоления жизненных и профессиональных

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
самоопределения и оптимизации производственного процесса	стрессов, развития стрессовосовладающего поведения клиентов
	Модифицировать программы психологической помощи по проблемам социализации, адаптации, профессионального самоопределения и оптимизации производственного процесса
<b>ПК-2</b> осуществляет диагностику психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к профессиональной и другим социальным группам	
ИПК-2.1 Определяет, предмет и задачи диагностики.	Знать подходы к изучению психологического стресса, представления о детерминантах, следствиях и индивидуальной вариативности его преодоления.
	Уметь анализировать проблему и ставить задачи диагностики, формулировать запрос с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к профессиональной и другим социальным группам
ИПК-2.2 Подбирает соответствующие задаче методы диагностики, реализует процедуру диагностики	Знать стандартные требования к использованию психодиагностического инструментария и перечень методов диагностик стресса и совладания с ним.
	Соотносить проблему и инструменты ее диагностики.
	Реализовать процедуру диагностики, организовать взаимодействие с клиентами
ИПК-2.3 обобщает результаты обследования, готовит психологическое заключение или психологический портрет, оценивает психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности на основе проведенной диагностики	Знать психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности, идентифицировать их по результатам диагностики.
	Выделять причины, индивидуальные особенности переживания и преодоления разных видов стресса.
	Составлять описание, давать заключение о состоянии и перспективах его развития, предлагать направления поддержки и преодоления.

### Содержание дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа СРС
			Л	ПЗ	ЛР	
1.	Понятия и модели стресса: общепсихологическая характеристика	22	4	6		12
2.	Стресс в профессии: детерминанты и следствия	22	2	6		14
3.	Совладающее поведение в ситуациях проблем адаптации, социализации, профессионального развития	22	4	6		12
4.	Профилактика, регуляция, преодоление стресса – организация психологической помощи	40	2	6		32
<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>		106	12	24		70
	Контроль самостоятельной работы (КСР)					
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2				
	Подготовка к текущему контролю	1,8				1,8
	<b>Общая трудоемкость по дисциплине</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>24</b>		<b>71,8</b>

**Курсовые работы:** не предусмотрена

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

Автор: Педанова Е.Ю.

