АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебной дисциплины

«**Психология стресса**»

по направлению подготовки 37.03.01 Психология,

профиль подготовки: социальная психология

# Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель изучения дисциплины:**усвоение обучающимися знаний о психологической сущности стресса, механизмах его развития и основных методах его психопрофилактики. Данный курс направлен на подробное знакомство обучающихся с классическими, а также современными подходами к стрессу, а также формирование умений проводить научно обоснованную диагностику стресса и реализовывать программы обучения приемам психокоррекции стресса.

**Задачи изучения дисциплины:**

– овладение теоретико-методологическими основами научных исследований в области психологии стресса;

– изучение роли и значения психологии стресса в современных условиях развития общества;

– изучение сущности, функций, структуры, содержания и логики научного познания в области психологии стресса;

– изучение основных направлений развития психологии стресса и научных исследований в этой сфере психологических знаний;

– изучение особенностей внедрения результатов исследований в области психологии стресса в практику;

– формирование навыков владения приемами и средствами психопрофилактики и коррекции стресса, схемами построения тренинговых программ, предназначенных для коррекции стрессогенных состояний, а так же способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности.

# – нравственное воспитание личности обучающихся, направленное на усвоение ими принятых в российском научном сообществе этических требований, моральных норм и формирование убеждений в необходимости их соблюдения

# 2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего образования

Дисциплина «Психология стресса» относится к базовой части учебного плана направления подготовки 37.03.01 Психология, профиль подготовки: социальная психология (квалификация выпускника «бакалавр»).

Для освоения дисциплины «Психология стресса» студенты используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформирование в ходе изучения дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Психология труда, инженерная психология и эргономика», «Психофизиология», «Конфликтология», «Основы психотерапии». Освоение дисциплины «Психология стресса» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин: «Введение в клиническую психологию».

# 3.Компетенции выпускника, формируемые в результате освоения дисциплины

В процессе освоения данной дисциплины выпускник формирует и демонстрирует следующие общепрофессиональные и профессиональные компетенции при освоении основной образовательной программы высшего образования, реализующей ФГОС ВО:

ОПК-7 Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией

ПК-1 Способен планировать и реализовать мероприятия, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья.

ПК-5 Способен осуществлять просветительскую деятельность населения, в том числе и работников социальной сферы, с целью повышения психологической компетенции, психологической культуры общества.

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

В результате освоения дисциплины выпускник должен демонстрировать следующие конечные результаты обучения:

**знать**:

• понятийный аппарат в области психологических исследований профессионального стресса;

• основания для дифференциации разных форм и видов профессионального стресса;

• систематизацию приемов и средств психопрофилактики и коррекции стресса;

• базовые схемы построения тренинговых программ, предназначенных для коррекции стрессогенных состояний.

**уметь**:

• анализировать условия и факторы, способствующие развитию профессионального стресса;

• ориентироваться в области психопрофилактических и психокоррекционных методов и средств;

• реализовывать освоенные в рамках курса обучения прикладные программы управления стрессом.

**владеть**:

• приемами и средствами психопрофилактики и коррекции стресса;

• схемами построения тренинговых программ, предназначенных для коррекции стрессогенных состояний;

• способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности

**4. Трудоемкость дисциплины.** Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа.

**5. Контроль успеваемости.** Аттестация студентов проводится в форме экзамена.