Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Карпов Евгений Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 20.03.2022 23:14:18
Уникальный программный ключ:
34e81b9ebf022d792ddf4ba544335e3bf5ea8f9d7bcf1d2f098d273e66a810b1

МЕЖДУНАРОДНАЯ ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ВПА
Автономная некоммерческая организация высшего образования
АНО ВО МПА ВПА

Психология стресса

Аннотация дисциплины (модуля)

Учебный план	37.03.01 Психология
Квалификация	**бакалавр**
Форма обучения	**очно-заочная**

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**9 (5.1)**		Итого	
Недель	17 4/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	16	16	16	16
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	32	32	32	32
Сам. работа	38	38	38	38
Часы на контроль	2	2	2	2
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	1. Изучить физиологические проявления стресса.
1.2	2. Изучить феномен общего адаптационного синдрома.
1.3	3. Изучить формы проявления стресса.
1.4	4. Изучить субъективные и объективные методы оценки уровня стресса.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.08
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Для освоения данной дисциплины обучающийся должен обладать базовыми знаниями по следующим разделам:
2.1.2	Физиология ВНД и сенсорных систем
2.1.3	Анатомия ЦНС и нейрофизиология
2.1.4	Безопасность жизнедеятельности
2.1.5	Введение в клиническую психологию
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Психология поведения человека в экстремальных ситуациях
2.2.2	Психология девиантного поведения

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ПК-7: Способен оценивать и обобщать информацию о состоянии психологического здоровья населения, участвовать в разработке рекомендаций по созданию психологически комфортной и безопасной среды при решении задач психологического консультирования на уровне индивида и группы
ПК-7.1: Знает психологические критерии соответствия среды проживания потребностям и возможностям людей, психологические методы оценки параметров среды, в том числе ее комфортности и психологической безопасности
ПК-7.2: Умеет выделять и оценивать психологические риски и факторы социальной и психологической напряженности с целью оказания консультативной помощи и разработки рекомендаций индивиду, группе, организации по созданию психологически комфортной и безопасной среды.
ПК-7.3: Владеет методами организация работы по проведению диагностики психологического здоровья населения, методами психологической оценки безопасности и комфортности среды проживания при решении задач психологического консультирования на уровне индивида и группы.
ПК-8: Способен реализовывать программы индивидуального и группового психологического сопровождения лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию, в том числе имеющих ограниченные возможности здоровья
ПК-8.1: Знает теоретические основы, способы и технологии индивидуальной и групповой психологической работы в отношении лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию, в том числе имеющих ограниченные возможности здоровья
ПК-8.2: Умеет разрабатывать программы индивидуального и группового сопровождения с целью улучшения психологического состояния лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию, в том числе имеющих ограниченные возможности здоровья
ПК-8.3: Владеет навыками планирования, координации, реализации и контроля мероприятий по индивидуальному и групповому сопровождению лиц, попавших в трудную жизненную ситуацию, в том числе имеющих ограниченные возможности здоровья

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	**Знать:**
3.1.1	Классическую концепцию стресса
3.1.2	Формы проявления стресса.
3.1.3	Общие закономерности развития стресса.
3.1.4	Влияние характеристик стрессора на уровень стресса.
3.2	**Уметь:**
3.2.1	Дифференцировать стресс относительно других психических состояний.
3.2.2	Оценивать уровень стресса с помощью объективных методов.
3.2.3	Прогнозировать уровень стресса.
3.2.4	Определять факторы, влияющие на равзитие стресса.
3.3	**Владеть:**

3.3.1	Приемами и способами саморегуляции психологического состояния.
3.3.2	Методами аутогенной тренировки.
3.3.3	Методом биологической обратной связи.
3.3.4	Тактиками борьбы со стрессом в зависимости от времени его наступления.