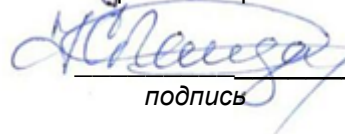


**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВПО «ВГУ»)

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий кафедрой  
общей и социальной психологии

  
Гайдар К.М.  
подпись

26.04.2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Б1.В.03 Стресс-менеджмент**

*Код и наименование дисциплины в соответствии с Учебным планом*

**1. Код и наименование направления подготовки:**

37.04.01 Психология

**2. Магистерская программа:** Психологическое сопровождение развития личности в социальной сфере

**3. Квалификация выпускника:** магистр

**4. Форма образования:** очная

**5. Кафедра, отвечающая за реализацию дисциплины:** общей и социальной психологии факультета философии и психологии

**6. Составители программы:** Сильчева Мария Владимировна

*(ФИО, ученая степень, ученое звание)*

**7. Рекомендована:** научно-методическим советом факультета философии и психологии, протокол от от 28.04.2021, № 1400-04

*(наименование рекомендующей структуры, дата, номер протокола)*

*отметки о продлении*

**8. Учебный год:** 2022/2023

**Семестр(ы):** 3

#### 9. Цели и задачи учебной дисциплины:

*Целью освоения учебной дисциплины является:*

- базовая теоретическая и практическая подготовка будущих психологов в области управления стрессом.

*Задачи учебной дисциплины:*

- усвоение обучающимися основных психологических понятий и теоретических подходов к определению механизмов и закономерностей развития стресса, а также таких его видов, как травматический и посттравматический стресс;

- ознакомление обучающихся с особенностями состояния и поведения человека в стрессовой ситуации, а также основами и принципами грамотного управления ими;

- освоение будущими психологами методов психодиагностики стрессоустойчивости, стрессовых состояний и факторов стресса у сотрудников организаций, симптомов посттравматического стресса;

- ознакомление с основными приемами и подходами к психопрофилактике и психокоррекции стресса, травматического и посттравматического стресса, формирование представлений о системе управления стрессом в рамках организации;

- формирование и развитие у обучающихся навыков практического применения методов контроля уровня стресса человека, его эмоциональной и когнитивной регуляции и саморегуляции.

#### 10. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП:

Учебная дисциплина «Стресс-менеджмент» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений.

Приступая к изучению данной дисциплины, студенты должны иметь подготовку по дисциплине «Отрасли психологии, психологические практики и психологические службы». У студентов должны быть сформированы элементы следующих компетенций:

– *способен использовать научно обоснованные подходы и валидные способы количественной и качественной диагностики и оценки для решения научных, прикладных и экспертных задач (ОПК-3), а именно ОПК-3.1 подбирает психодиагностические методики в соответствии с научной проблемой исследования, прикладными и экспертными задачами и ОПК-3.2 обосновывает выбор диагностического инструментария на основе анализа его преимуществ и ограничений, соответствия используемым научным подходам – в части **знаний** логики и методических процедур психодиагностического обследования, классификаций и требований, предъявляемых к методам и методикам, критериев их выбора в соответствии с научной проблемой исследования, прикладными и экспертными задачами, а также с учетом преимуществ и ограничений конкретных методик; **умений** подбирать методики в соответствии с научной проблемой исследования, прикладными и экспертными задачами, а также с учетом преимуществ и ограничений конкретных методик;*

– *способность разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций (ОПК-5), а именно ОПК-5.1 разрабатывает программы профилактической, коррекционно-развивающей, реабилитационной работы для решения конкретной психологической проблемы клиента / заказчика (индивида, группы, организации) и ОПК-5.2 научно обосновывает методический инструментарий программ профилактической, коррекционно-развивающей, реабилитационной работы для решения конкретной*

психологической проблемы клиента / заказчика (индивида, группы, организации) – в части **знаний** специфику коррекционно-развивающего, реабилитационного, профилактического направления; **умений** применять теоретические знания в разработке профилактических, развивающих, коррекционных программ; адаптировать их с учетом возрастных, половых, социально-психологических, профессиональных, этнопсихологических особенностей заказчиков; **владения** навыками постановки цели и задач, теоретического обоснования, подбора методического инструментария профилактических, развивающих, коррекционных и других программ для решения запросов по конкретной психологической проблеме с учетом нормативной регламентации и этических принципов деятельности психолога;

– способность вести просветительскую и психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения психологической культуры общества и понимания роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей (ОПК-7), а именно ОПК-7.2 разрабатывает психопрофилактические программы, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения – в части **умения** определять приоритетные задачи в психологическом просвещении и психопрофилактике с учетом запросов различных категорий населения; владения навыками составления психопрофилактических программ и программ психологического просвещения с учетом актуальных проблем народонаселения.

Учебная дисциплина «Стресс-менеджмент» является одной из завершающих дисциплин профессиональной подготовки психологов и предшествует государственной итоговой аттестации.

#### 11. Планируемые результаты обучения по дисциплине/модулю (знания, умения, навыки), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями) и индикаторами их достижения:

Код	Название компетенции	Код(ы)	Индикатор(ы)	Планируемые результаты обучения
ПК-3	Способен осуществлять психологическую профилактику и психокоррекцию отклонений в личностном развитии	ПК-3.1	Диагностирует и прогнозирует возникновение психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов	<p><b>Знать:</b> цели, задачи, средства профилактической и коррекционной деятельности среди различных категорий населения с целью предотвращения и снижения отклонений (нарушений) в личностном развитии, основы диагностики и прогнозирования психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов</p> <p><b>Уметь:</b> выявлять и прогнозировать возникновение психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов с использованием профессионального диагностического инструментария</p> <p><b>Владеть:</b> навыками диагностики психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов и прогнозирования на основе диагностических данных возможности возникновения такого неблагополучия</p>

		ПК-3.2	<p>Разрабатывает программы психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов</p>	<p><b>Знать:</b> возможности психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, негативных последствий стресса, теоретико-методические основы разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ</p> <p><b>Уметь:</b> разрабатывать психопрофилактические и психокоррекционные программы, направленные на преодоление негативных последствий стресса, профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов</p> <p><b>Владеть:</b> навыками разработки программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, негативных последствий стресса</p>
		ПК-3.3	<p>Реализует программы психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, определяет критерии результативности этих программ</p>	<p><b>Знать:</b> методические и этические требования реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, критерии их результативности</p> <p><b>Уметь:</b> соблюдать методические и этические требования при реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, определять критерии их результативности</p> <p><b>Владеть:</b> навыками реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, определения критериев их результативности</p>

ПК-4	Способен осуществлять комплекс психологических мероприятий, направленных на сопровождение развития личности в социальной сфере	ПК-4-1	Подбирает адекватно профессиональной ситуации и применяет методы психологической поддержки и сопровождения, направленные на улучшение и динамики психологического здоровья населения	<p><b>Знать:</b> категориальный аппарат, основные проблемы и феноменологию психологии стресса и стресс-менеджмента, используемые в ней методы, области практического применения знаний психологии стресса и стресс-менеджмента, стандартные базовые методы и процедуры психологической поддержки и сопровождения развития личности, получившей психическую травму; методологические и методические основы составления консультативных, реабилитационных и психокоррекционных программ, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения</p> <p><b>Уметь:</b> подбирать на основе анализа и применять стандартные базовые методы и процедуры психологической поддержки и сопровождения развития личности, получившей психическую травму, разрабатывать консультативные, реабилитационные и психокоррекционные программы, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения</p> <p><b>Владеть:</b> навыками разработки консультативных, реабилитационных и психокоррекционных программ, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения</p>
------	--	--------	--	---

		ПК-4-2	<p>Подбирает методы и диагностирует степень социально-психологической дезадаптации разных социальных групп и отдельных лиц, различные их психологические особенности</p>	<p><b>Знать:</b> основные методы и процедуры диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы</p> <p><b>Уметь:</b> подбирать и применять методы и процедуры диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы</p> <p><b>Владеть:</b> навыками подбора и применения методов и процедур диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы</p>
		ПК-4-3	<p>Планирует и осуществляет психологическую реабилитацию и реадaptацию лиц, получивших психические травмы</p>	<p><b>Знать:</b> требования, предъявляемые к программам повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, основные психотехнологии реализации таких программ</p> <p><b>Уметь:</b> разрабатывать программы повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, с учетом предъявляемых требований и основных психотехнологий реализации таких программ</p> <p><b>Владеть:</b> навыками разработки программ повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, с учетом предъявляемых требований и основных психотехнологий реализации таких программ</p>

		ПК-4-4	Разрабатывает и реализует программы, направленные на создание и поддержание благоприятного психологического климата в организации, трудовом коллективе, иных группах с целью оптимизации психического функционирования человека	<p><b>Знать:</b> требования, предъявляемые к программам, направленным на создание и поддержание благоприятного психологического климата в организации, трудовом коллективе, иных группах с целью оптимизации психического функционирования человека, управления стрессовыми состояниями</p> <p><b>Уметь:</b> разрабатывать программы, направленные на создание и поддержание благоприятного психологического климата в организации, трудовом коллективе, иных группах с целью оптимизации психического функционирования человека, управления стрессовыми состояниями</p> <p><b>Владеть:</b> навыками разработки программ, направленных на создание и поддержание благоприятного психологического климата в организации, трудовом коллективе, иных группах с целью оптимизации психического функционирования человека, управления стрессом</p>
		ПК-4-5	Осуществляет психологическое консультирование по проблемам психологического здоровья	<p><b>Знать:</b> теоретические и технологические основы психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями</p> <p><b>Уметь:</b> выбирать и реализовывать оптимальные технологии психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями</p> <p><b>Владеть:</b> навыками выбора и реализации оптимальных технологий психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессом</p>

**12 Объем дисциплины в зачетных единицах/часах** (в соответствии с учебным планом) — 3 ЗЕТ / 108 часов.

**Форма промежуточной аттестации** (зачет/экзамен) – экзамен.

**13. Трудоемкость по видам учебной работы:**

Вид учебной работы		Трудоемкость		
		Всего	По семестрам	
			3 семестр	
Аудиторная работа		36	36	
в том числе:	лекции	0	0	
	практические	36	36	

	лабораторные	0	0	
Самостоятельная работа		36	36	
в том числе: курсовая работа		0	0	
Форма промежуточной аттестации (экзамен – 36 час.)		36	36	
Итого:		108	108	

### 13.1. Содержание дисциплины:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины	Реализация раздела дисциплины с помощью онлайн-курса, ЭУМК
<b>Практические занятия</b>			
1	Введение в стресс-менеджмент	1. Значения термина «стресс-менеджмент». 2. Современные задачи и проблемы управления стрессом. 3. Современные представления о стрессе. 4. Виды стресса 5. Негативные последствия стресса.	Moodle:URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a>
2	Феномен выгорания как негативное последствие стресса	1. Понятие эмоционального и профессионального выгорания. 2. Факторы развития выгорания. 3. Профилактика эмоционального и профессионального выгорания. 4. Психологическая помощь лицам с эмоциональным выгоранием.	Moodle:URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a>
3	Сущность травматического и посттравматического стресса	1. Травматический стресс (ТС). 2. Механизм формирования травматического стресса. 3. Понятие посттравматического стресса и его симптомы. 4. Механизм формирования и развития посттравматического стресса.	Moodle:URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a>
4	Личность и стресс	1. Роль личности в формировании, развитии и преодолении стресса. 2. Стратегии поведения при стрессе. 3. Изменения личности при стрессе.	Moodle:URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a>
5	Основы диагностики стресса	1. Диагностика стресса в практике психолога, основные принципы и особенности. 2. Ключевые показатели стрессового состояния. 3. Методы и методики диагностики стресса. 4. Основные принципы диагностики травматического и посттравматического стресса. 5. Методы и методики диагностики травматического и посттравматического стресса.	Moodle:URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a>
6	Психопрофилактика и психокоррекция стресса и его негативных последствий (стресс-менеджмент)	1. Понятие стресс-менеджмента. Меры психопрофилактики стресса. Учет условий труда и отдыха. 2. Повышение стрессоустойчивости личности. 3. Методы регуляции состояния в стрессовой ситуации (внешние и внутренние). 4. Психокоррекция последствий стресса.	Moodle:URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a>



7	Программы психокоррекции и профилактики стресса и его негативных последствий	1. Постановка целей и задач психолого-профилактической деятельности. 2. Критерии и факторы возникновения психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов. 3. Теоретико-методические и технологические основы разработки программ психокоррекции и профилактики стресса и его негативных последствий. 4. Возможности психологического консультирования в управлении стрессовыми состояниями и обеспечении психологического здоровья.	Moodle:URL: https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505
---	--	--	--

### 13.2. Темы (разделы) дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды занятий (часов)			
		Лекции	Семинары / пр. занятия	Самостоятельная работа	Всего
1	Введение в стресс-менеджмент	0	4	4	8
2	Феномен выгорания как негативное последствие стресса	0	4	4	8
3	Сущность травматического стресса и посттравматического стресса	0	4	4	8
4	Личность и стресс	0	2	4	6
5	Основы диагностики стресса	0	6	4	10
6	Психопрофилактика и психокоррекция стресса и его негативных последствий (стресс-менеджмент)	0	8	8	16
7	Программы психокоррекции и профилактики стресса и его негативных последствий	0	8	8	16
	Контроль		36		36
	<b>Итого:</b>	<b>0</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>108</b>

### 14. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Освоение дисциплины предполагает не только обязательное посещение обучающимся аудиторных занятий (практических занятий) и активную работу на них, но и самостоятельную учебную деятельность, на которую отводится 36 часов в семестре и 36 часов на подготовку к промежуточной аттестации (экзамену).

Самостоятельная учебная деятельность обучающихся по дисциплине «Стресс-менеджмент» предполагает изучение и конспектирование рекомендуемой преподавателем литературы по вопросам практических занятий (приведены выше), а также самостоятельное освоение понятийного аппарата по каждой теме, освоение конкретных методик и подготовку к текущим аттестациям (выполнению практического и творческих заданий) (примеры см. ниже).

Вопросы практических занятий обсуждаются на занятиях в виде устного опроса – индивидуального и фронтального, а также посредством обсуждения тематических сообщений студентов и итогов выполнения практических заданий. При подготовке к практическим занятиям обучающимся важно помнить, что их задача, отвечая на основные вопросы плана занятия и дополнительные вопросы

преподавателя, показать свои знания и кругозор, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки, умение отстаивать свою профессиональную позицию. В ходе устного опроса выявляются детали, которые по каким-то причинам оказались недостаточно осмысленными студентами в ходе учебных занятий. Тем самым опрос выполняет важнейшие обучающую, развивающую и корректирующую функции, позволяет студентам учесть недоработки и избежать их при подготовке к зачету.

Конспектирование рекомендуемых преподавателем литературных источников предназначено для более глубокого и осмысленного усвоения обучающимися теоретического материала. Одна из главных задач обучающегося – научиться отбирать из психологического текста главные мысли и положения. Конспект не должен сводиться ни к сплошному переписыванию рекомендованного источника, ни к его тезисному изложению, напоминающему план. Конспектированию подлежат статьи из научных журналов и сборников статей, главы (параграфы) учебников, учебных пособий, монографий. При подготовке конспекта обязательно указывается автор книги (статьи), место и год издания, страницы, на которых расположен конспектируемый текст в источнике. Поощряются сопровождающие конспект комментарии студента, представление основных идей в форме схем или таблиц.

Все выполняемые студентами самостоятельно задания (конспекты литературных источников, психологические заключения по осваиваемым методикам., практическое и творческие задания) подлежат последующей проверке преподавателем и учитываются при проведении экзамена.

## 15. Перечень основной и дополнительной литературы, ресурсов интернет, необходимых для освоения дисциплины

### а) основная литература:

№ п/п	Источник
1	Гуревич П.С. Психология чрезвычайных ситуаций / П.С. Гуревич. – Москва : Юнити-Дана, 2012. – 495 с. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118127">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118127</a>
2	Кадыров Р.В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD) : учебник и практикум для вузов / Р.В. Кадыров. – Москва : Юрайт, 2021. – 643 с.
3	Полякова О.Н. Стресс. Причины, последствия, преодоления / О.Н. Полякова. – Санкт-Петербург : Речь, 2008. – 141 с.
4	Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика / Н.В. Тарабрина. – Москва : Ин-т психологии РАН, 2009. – 305 с. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87071">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87071</a>
5	Чувин Б.Т. Человек в экстремальной ситуации / Б.Т. Чувин. – Москва : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2012. – 352 с. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=116583">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=116583</a>
6	Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 256 с.

### б) дополнительная литература:

№ п/п	Источник
7	Бодров В.А. Психологический стресс. Развитие и преодоление / В.А. Бодров. – Москва : ПЕР СЭ, 2006. – 528 с. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=233346">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=233346</a>
8	Лакосина Н.Д. Клиническая психология : учебное для студентов медицинских вузов / Н.Д. Лакосина, И.И. Сергеев, О.Ф. Панкова. – Москва : МЕДпресс-информ, 2005. – 413 с.
9	Леонова А.Б. Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития : хрестоматия / А.Б. Леонова. – Москва : Радикс, 1995. – 440 с.
10	Психические состояния : хрестоматия / сост. Л.В. Куликов. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 506 с.
11	Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы, агрессия и экстремизм : учебник / под общ. ред. Н.С. Хрустальной. – Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2016. – 444 с.
12	Пуховский Н.Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций / Н.Н. Пуховский. – Москва : Акад. проект, 2000. – 286 с.

в) информационные электронно-образовательные ресурсы (официальные ресурсы интернет)

№ п/п	Источник
13	Психология [Электронный ресурс] : Реферативный журнал: РЖ / ВИНТИ. – Москва : ВИНТИ, 2002- . – В ЗНБ ВГУ с 2002 г. – ЭБ. – Ежемесячно.
14	Социальные и гуманитарные науки. Философия и социология : Библиогр. база данных. 1981–2020 гг. / ИНИОН РАН. – Москва, 2021. – (CD–ROM).
15	ЭБС Электронная библиотека технического вуза. – URL: <a href="http://www.studmedlib.ru">http://www.studmedlib.ru</a>
16	ЭБС Университетская библиотека онлайн. – URL: <a href="http://biblioclub.ru">http://biblioclub.ru</a>
17	Электронный каталог Научной библиотеки Воронежского государственного университета. – URL: <a href="http://www.lib.vsu.ru/">http://www.lib.vsu.ru/</a> .
18	Электронный курс «Стресс-менеджмент». – URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a> (портал «Электронный университет ВГУ». – Moodle:URL: <a href="http://www.edu.vsu.ru/">http://www.edu.vsu.ru/</a> )

## 16. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы

№ п/п	Источник
1	Бодров В.А. Психологический стресс. Развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М. : ПЕР СЭ, 2006. – 528 с. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=233346">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=233346</a>
2	Кадыров Р.В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD) : учебник и практикум для вузов / Р.В. Кадыров. – Москва : Юрайт, 2021. – 643 с.
3	Полякова О.Н. Стресс. Причины, последствия, преодоления / О.Н. Полякова. – Санкт-Петербург : Речь, 2008. – 141 с.
4	Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика / Н.В. Тарабрина. – Москва : Ин-т психологии РАН, 2009. – 305 с. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87071">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87071</a>
5	Электронный курс «Стресс-менеджмент». – URL: <a href="https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505">https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505</a> (портал «Электронный университет ВГУ». – Moodle:URL: <a href="http://www.edu.vsu.ru/">http://www.edu.vsu.ru/</a> )

## 17. Образовательные технологии, используемые при реализации учебной дисциплины, включая дистанционные образовательные технологии (ДОТ), электронное обучение (ЭО), смешанное обучение

При реализации дисциплины используются следующие образовательные технологии: логическое построение дисциплины, установление межпредметных связей, обозначение теоретического и практического компонентов в учебном материале, актуализация личного и учебно-профессионального опыта обучающихся. Применяются разные типы практических занятий (проблемные, дискуссионные, занятия-практикумы и др.). На занятиях используются следующие интерактивные формы: групповое обсуждение, работа в микрогруппах.

Применяются электронное обучение и дистанционные образовательные технологии в части освоения материала лекционных, практических занятий, самостоятельной работы по отдельным разделам дисциплины, прохождения текущей и промежуточной аттестации. В частности, студенты используют электронные ресурсы портала «Электронный университет ВГУ» – Moodle:URL:<http://www.edu.vsu.ru/>, а именно электронный курс «Стресс-менеджмент» (URL:<https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505>).

Для реализации учебной дисциплины используются следующие информационные технологии, включая программное обеспечение и информационно-справочные системы:

Устройство психофизиологического тестирования «Психофизиолог» УПФТ-1/30-«Психофизиолог» – договор №3010-08/93-12 от 24.08.2012 с ООО «Научно-Производственная Конструкторская Фирма «Медиком МТД» (Таганрог); бессрочный.

Комплект для комплексной аудиовизуальной стимуляции «Профессиональный» – контракт №3010-07/54-16 от 10.05.2016 с ООО «Алиот» (Липецк), лицензиат: ООО «МенталРитм» (Россия); бессрочный.

Профессиональный компьютерный полиграф (ПКП) «Диана-04» в базовой комплектации с креслом для полиграфического обследования СКО-02 – договор № 3010-08/01-11 от 25.08.2011 с ЗАО «Поликониус-Центр» (Королёв Московской обл.); бессрочный.

Аппаратно-программный психодиагностический комплекс «Мультипсихометр». Контракт № 3010-07/44-20 от 29.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж); бессрочный.

Программный комплекс «Psychometric Expert–9 Practic+ версии» (на 15 пользователей). Контракт № 3010-07/41-20 от 23.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж), неисключительные (пользовательские) лицензионные права, бессрочная лицензия.

Прикладной пакет программ статистического анализа данных (начального уровня) Statistica Basic Academic 13.0 for Windows Ru (локальная версия на 15 пользователей). Контракт № 3010-07/41-20 от 23.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж), бессрочная лицензия для локальной установки.

Прикладной пакет программ статистического анализа данных (углубленного уровня) Statistica Ultimate Academic 13.0 for Windows Ru (локальная версия на 11 пользователей). Контракт № 3010-07/41-20 от 23.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж), бессрочная лицензия для локальной установки.

ПО Интерактивное учебное пособие «Наглядная математика». Контракт № 3010-07/22-16 от 23.03.2016 с ООО «Информационные технологии» (ООО «Интех», Воронеж); бессрочный.

Неисключительная лицензия на ПО Microsoft Office ProPlus 2019 RUS OLP NL Acdmс. Договор №3010-16/24-19 от 01.04.2019 с ООО «БалансСофт Проекты» (Ульяновск); бессрочный.

WinPro 8 RUS Upgrd OLP NL Acdm. Договор №3010-07/37-14 от 18.03.2014 с ООО «Перемена» (Воронеж); бессрочная лицензия.

Программы для ЭВМ МойОфис Частное Облако. Лицензия Корпоративная на пользователя для образовательных организаций. Договор №3010-15/972-18 от 08.11.2018 с АО «СофтЛайн Трейд» (Москва); лицензия бессрочная.

Справочная правовая система «Консультант Плюс» для образования, версия сетевая. Договор о сотрудничестве №14-2000/RD от 10.04.2000 с АО ИК «Информсвязь-Черноземье» (Воронеж); бессрочный.

Справочная правовая система «Гарант – Образование», версия сетевая. Договор о сотрудничестве №4309/03/20 от 02.03.2020 с ООО «Гарант-Сервис» (Воронеж); бессрочный.

## **18. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Мультимедийная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типов, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (г. Воронеж, проспект Революции, д. 24, ауд. 412): специализированная мебель, мультимедиапроектор NEC NP62, ноутбук Lenovo 640, экран для проектора.

Лаборатория практической психологии для проведения занятий семинарского типа, помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (г. Воронеж, проспект Революции, д. 24, ауд. 307/4): специализированная мебель, профессиональный компьютерный полиграф (ПКП) «Диана-04» в базовой комплектации с креслом для полиграфического обследования СКО-02; оборудование для проведения психодиагностического исследования – программный комплекс «Psychometric Expert–9 Practic+ версии»; аппаратно-программный психодиагностический комплекс «Мультипсихометр»; компьютерные психодиагностические методики (Методика экспресс-диагностики Мороз, Методика

экспресс-диагностики Сигнал, Психосемантическая диагностика скрытой мотивации (ПДСМ), Ко-терапевтическая система Келли-98, Комплексная социально-психологическая диагностика группы и др.), устройство психофизиологического тестирования «Психофизиолог» УПФТ-1/30-«Психофизиолог», комплект для комплексной аудиовизуальной стимуляции «Профессиональный», аппарат психоэмоциональной коррекции АПЭК-6, цветодинамический проектор «Плазма-250», аппарат аудиовизуальной стимуляции типа «Voyager», прибор биологической обратной связи «Релана»; 1 компьютер Intel Celeron CPU; ноутбук Dell Inspiration, ноутбук ASUS X51RL, ноутбук HP Probook 450 G6; принтер HP Laser Jet 1300; сканер Hewlett Packard, экран для проектора.

Компьютерный класс (кабинет информационных технологий №1) для проведения индивидуальных и групповых консультаций, аудитория для самостоятельной работы, помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (г. Воронеж, проспект Революции, д. 24, ауд. 301/1): специализированная мебель, 11 компьютеров (CORE I5-8400 / B365M PRO4 / DDR4 8GB / SSD 480GB / DVI / HDMI / VGA / 450Вт / Win10pro / GW2480), интерактивная панель Lumien, 65", МФУ лазерное HP LaserJet Pro M28w(W2G55A).

## 19. Оценочные средства для проведения текущей и промежуточной аттестации

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Компетенция(и)	Индикатор(ы) достижения компетенции	Оценочные средства
1	Введение в стресс-менеджмент	ПК-4	ПК-4.1	Практическое задание № 1
2	Феномен выгорания как негативное последствие стресса	ПК-4	ПК-4.1	Практическое задание № 1
3	Сущность травматического стресса и посттравматического стресса	ПК-4	ПК-4.1	
4	Личность и стресс	ПК-4	ПК-4.1	Практическое задание № 1
5	Основы диагностики стресса	ПК-3 ПК-4	ПК-3.1 ПК-4.2	Творческое задание № 1
6	Психопрофилактика и психокоррекция стресса и его негативных последствий (стресс-менеджмент)	ПК-3 ПК-4	ПК-3.2 ПК-3.3 ПК-4.1 ПК-4.3 ПК-4.4 ПК-4.5	Творческое задание № 1
7	Программы психокоррекции и профилактики стресса и его негативных последствий	ПК-3 ПК-4	ПК-3.2 ПК-3.3 ПК-4.1 ПК-4.3 ПК-4.4 ПК-4.5	Творческое задание № 2
Промежуточная аттестация форма контроля – экзамен				Перечень теоретических вопросов

## 20 Типовые оценочные средства и методические материалы, определяющие процедуры оценивания

### 20.1 Текущий контроль успеваемости

Контроль успеваемости по дисциплине осуществляется с помощью следующих оценочных средств: комплекта практических заданий.

### **Практическое задание № 1**

**Темы:** «Введение в стресс-менеджмент», «Феномен выгорания как негативное последствие стресса», «Личность и стресс».

В течение недели проведите самонаблюдение с целью анализа переживания стресса, для чего ведите дневник стрессов. В нем ежедневно отмечайте:

- любые события, вызвавшие стрессовое состояние, то есть стрессоры,
- какие проявления стресса вы заметили в каждом случае,
- какие вы использовали стратегии поведения в стрессовой ситуации.

Обобщите результаты и сделайте вывод о личностных детерминантах стресса, его типичных признаках, репертуаре коппинг-стратегий.

### **Творческое задание № 1**

**Темы:** «Основы диагностики стресса», «Психопрофилактика и психокоррекция стресса и его негативных последствий (стресс-менеджмент)».

Составить батарею методик для диагностики стресса и негативных последствий стресса и провести исследование одного испытуемого. Составить психологическое заключение по результатам исследования.

На основании результатов диагностики стресса выработать рекомендации по профилактике стресса и повышению стрессоустойчивости испытуемого.

### **Творческое задание № 2**

**Темы:** «Программы психокоррекции и профилактики стресса и его негативных последствий».

Составить программу стресс-менеджмента для сотрудников организации, в которой вы работаете. Указать стрессоры деятельности, необходимые и реально возможные меры профилактики и снижения профессионального стресса.

Составить план-конспект одного занятия в рамках просветительской программы стресс-менеджмента.

Описание технологии проведения.

Текущие аттестации проводятся в соответствии с Положением о текущей аттестации обучающихся по программам высшего образования Воронежского государственного университета – в форме выполнения практического и творческих заданий. Критерии оценивания приведены ниже. Практическое и творческие задания выполняются самостоятельно в форме домашних заданий, но все в виде письменных работ с последующей проверкой преподавателем.

Результаты текущих аттестаций учитываются преподавателем при проведении промежуточной аттестации (экзамена).

В условиях применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий все выполняемые самостоятельно задания обучающиеся вывешивают для проверки в личных кабинетах в электронном курсе «стресс-менеджмент». – URL:<https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=11505> (портал «Электронный университет ВГУ». – Moodle:URL:<http://www.edu.vsu.ru/>).

**Критерии оценки компетенций (результатов обучения) при текущей аттестации (выполнении практического / творческого задания):**

– оценка «отлично» выставляется, если выполнение практического / творческого задания отличается полнотой и глубиной анализа, раскрывает высокую сформированность у студента аналитико-синтетических операций и их успешное применение при изложении собственной позиции;

– оценка «хорошо» выставляется, если выполнение практического / творческого задания отличается полнотой и глубиной, раскрывает хорошую сформированность у студента аналитико-синтетических операций и в целом их адекватное применение при изложении собственной позиции;

– оценка «удовлетворительно» выставляется, если выполнение практического / творческого задания отличается недостаточной полнотой и глубиной анализа, слабой сформированностью у студента аналитико-синтетических операций, затруднениями в их применении при изложении собственной позиции;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется, если практического / творческое задание выполнено с минимально необходимым уровнем знаний, студент демонстрирует несформированность у него аналитико-синтетических операций при изложении собственной позиции.

## 20.2 Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация (экзамен) осуществляется с помощью следующих оценочных средств: теоретических и практических вопросов.

№	Вопросы к промежуточной аттестации (экзамену)
1	Значения термина «стресс-менеджмент».
2	Современные задачи и проблемы управления стрессом.
3	Современные представления о стрессе.
4	Виды стресса
5	Негативные последствия стресса.
6	Понятие эмоционального и профессионального выгорания.
7	Факторы развития выгорания.
8	Профилактика эмоционального и профессионального выгорания.
9	Психологическая помощь лицам с эмоциональным выгоранием.
10	Травматический стресс.
11	Механизм формирования травматического стресса.
12	Понятие посттравматического стресса и его симптомы.
13	Механизм формирования и развития посттравматического стресса.
14	Сравнительная характеристика стресса, травматического и посттравматического стресса.
15	Диагностика стресса в практике психолога, основные принципы и особенности.
16	Основные показатели стрессового состояния.
17	Методы и методики диагностики стресса.
18	Основные принципы диагностики травматического и посттравматического стресса.
19	Методы и методики диагностики травматического и посттравматического стресса.
20	Роль личности в формировании, развитии и преодолении стресса.
21	Изменения личности при стрессе.
22	Стратегии поведения в стрессовой ситуации.
23	Роль личностных особенностей в развитии и преодолении стресса, травматического и посттравматического стресса.
24	Меры психопрофилактики стресса. Учет условий труда и отдыха.
25	Повышение стрессоустойчивости личности.
26	Методы регуляции состояния в стрессовой ситуации (внешние и внутренние).
27	Психокоррекция последствий стресса.
28	Цели и задачи психолого-профилактической деятельности.
29	Критерии и факторы возникновения психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов.
30	Меры психопрофилактики стресса и повышения стрессоустойчивости.
31	Приемы и методы психологической помощи и коррекции личности после пережитой травмы.
32	Психологическая характеристика острого стрессового расстройства (ОСР), основы психологической помощи.

33	Фармакологические методы коррекции стресса.
34	Психологические методы коррекции стрессовых состояний.

#### Описание технологии проведения

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования. В контрольно-измерительные материалы включаются два вопроса, позволяющие оценить степень сформированности знаний и умений.

В условиях применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий экзамен проводится с использованием портала «Электронный университет ВГУ» – Moodle:URL:<http://www.edu.vsu.ru/>, электронный курс «Стресс-менеджмент» (URL: <https://edu.vsu.ru/user/view.php?id=71443&course=11505>).

Требования к выполнению заданий (шкалы и критерии оценивания).

Для оценивания результатов обучения на зачете / экзамене используются следующие **показатели**:

1) знания целей, задач, средств психолого-профилактической и коррекционной деятельности среди различных категорий населения с целью предотвращения и снижения отклонений (нарушений) в личностном развитии, основ диагностики и прогнозирования психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов, возможностей их психологической профилактики и психокоррекции теоретико-методические основы разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ, методических и этических требований реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, критериев их результативности;

2) знания категориального аппарата, основных проблем и феноменологии психологии стресса и стресс-менеджмента, используемых в ней методов, областей практического применения знаний психологии стресса и стресс-менеджмента, стандартных базовых методов и процедур психологической поддержки и сопровождения развития личности, получившей психическую травму; требований, предъявляемых к программам повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, теоретических и технологических основ психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями;

3) умения выявлять и прогнозировать возникновение психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов с использованием профессионального диагностического инструментария, разрабатывать соответствующие психопрофилактические и психокоррекционные программы, определять критерии их результативности, подбирать методы и процедуры диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, выбирать оптимальные технологии психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессом;

4) умения иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований, излагать материал в процессе ответа логически последовательно, профессионально грамотно, делать полные и обоснованные выводы;

5) владение навыками подбора методов и процедур диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том



числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, диагностики психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов и прогнозирования на основе диагностических данных возможности возникновения такого неблагополучия, выбора оптимальных технологий психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессом.

Для оценивания результатов обучения на экзамене используется 4-балльная **шкала**: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Соотношение показателей, критериев и шкалы оценивания результатов обучения:

Критерии оценивания компетенций	Уровень сформированности компетенций	Шкала оценок
---------------------------------	--------------------------------------	--------------

<p>Полное соответствие ответа обучающегося всем перечисленным показателям по каждому из вопросов контрольно-измерительного материала. Продемонстрированы полные знания целей, задач, средств профилактической и коррекционной деятельности среди различных категорий населения с целью предотвращения и снижения отклонений (нарушений) в личностном развитии, основ диагностики и прогнозирования психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов, возможностей их психологической профилактики и психокоррекции теоретико-методические основы разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ, методических и этических требований реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, критериев их результативности, категориального аппарата, основных проблем и феноменологии психологии стресса и стресс-менеджмента, используемых в ней методов, областей практического применения знаний психологии стресса и стресс-менеджмента, стандартных базовых методов и процедур психологической поддержки и сопровождения развития личности, получившей психическую травму; требований, предъявляемых к программам повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, теоретических и технологических основ психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями; умения умения выявлять и прогнозировать возникновение психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов с использованием профессионального диагностического инструментария, разрабатывать соответствующие психопрофилактические и психокоррекционные программы, определять критерии их результативности, подбирать методы и процедуры диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, выбирать оптимальные технологии психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями, иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований, излагать материал в процессе ответа логически последовательно, профессионально грамотно, делать полные и обоснованные выводы; владение навыками подбора методов и процедур диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, диагностики психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов и прогнозирования на основе диагностических данных возможности возникновения такого неблагополучия, выбора оптимальных технологий психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессом.</p>	<p>Повышенный уровень</p>	<p>Отлично</p>
--	---------------------------	----------------

<p>Несоответствие ответа обучающегося одному из перечисленных показателей (к одному из вопросов контрольно-измерительного материала) и правильный ответ на дополнительный вопрос в пределах программы.</p> <p>ИЛИ несоответствие ответа обучающегося любым двум из перечисленных показателей (либо двум к одному вопросу, либо по одному к каждому вопросу контрольно-измерительного материала) и правильные ответы на два дополнительных вопроса в пределах программы.</p> <p>В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся отдельные пробелы в знании целей, задач, средств профилактической и коррекционной деятельности среди различных категорий населения с целью предотвращения и снижения отклонений (нарушений) в личностном развитии, основ диагностики и прогнозирования психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов, возможностей их психологической профилактики и психокоррекции теоретико-методические основы разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ, методических и этических требований реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, критериев их результативности, категориального аппарата, основных проблем и феноменологии психологии стресса и стресс-менеджмента, используемых в ней методов, областей практического применения знаний психологии стресса и стресс-менеджмента, стандартных базовых методов и процедур психологической поддержки и сопровождения развития личности, получившей психическую травму; требований, предъявляемых к программам повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, теоретических и технологических основ психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями; умения умения выявлять и прогнозировать возникновение психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов с использованием профессионального диагностического инструментария, разрабатывать соответствующие психопрофилактические и психокоррекционные программы, определять критерии их результативности, подбирать методы и процедуры диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, выбирать оптимальные технологии психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями, иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований, излагать материал в процессе ответа логически последовательно, профессионально грамотно, делать полные и обоснованные выводы; недостаточно продемонстрировано владении навыками подбора методов и процедур диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, диагностики психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов и прогнозирования на основе диагностических данных возможности возникновения</p>	<p>Базовый уровень</p>	<p>Хорошо</p>
---	------------------------	---------------

<p>Несоответствие ответа обучающегося любым двум из перечисленных показателей и неправильный ответ на дополнительный вопрос в пределах программы.</p> <p>ИЛИ несоответствие ответа обучающегося любым трем из перечисленных показателей (в различных комбинациях по отношению к вопросам контрольно-измерительного материала).</p> <p>В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся частичные знания целей, задач, средств профилактической и коррекционной деятельности среди различных категорий населения с целью предотвращения и снижения отклонений (нарушений) в личностном развитии, основ диагностики и прогнозирования психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов, возможностей их психологической профилактики и психокоррекции теоретико-методические основы разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ, методических и этических требований реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, критериев их результативности, категориального аппарата, основных проблем и феноменологии психологии стресса и стресс-менеджмента, используемых в ней методов, областей практического применения знаний психологии стресса и стресс-менеджмента, стандартных базовых методов и процедур психологической поддержки и сопровождения развития личности, получившей психическую травму; требований, предъявляемых к программам повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, теоретических и технологических основ психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями; недостаточно продемонстрированы умения выявлять и прогнозировать возникновение психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов с использованием профессионального диагностического инструментария, разрабатывать соответствующие психопрофилактические и психокоррекционные программы, определять критерии их результативности, подбирать методы и процедуры диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, выбирать оптимальные технологии психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями, иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований, излагать материал в процессе ответа логически последовательно, профессионально грамотно, делать полные и обоснованные выводы; проявляются серьезные трудности при демонстрации владения навыками подбора методов и процедур диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, диагностики психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов и прогнозирования на основе диагностических данных возможности возникновения такого неблагополучия, выбора оптимальных технологий психологического консультирования по проблемам психологического</p>	<p>Пороговый уровень</p>	<p>Удовлетворительно</p>
---	--------------------------	--------------------------

<p>Несоответствие ответа обучающегося любым четырем из перечисленных показателей (в различных комбинациях по отношению к вопросам контрольно-измерительного материала).</p> <p>В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся отрывочные знания целей, задач, средств психолого-профилактической и коррекционной деятельности среди различных категорий населения с целью предотвращения и снижения отклонений (нарушений) в личностном развитии, основ диагностики и прогнозирования психологического неблагополучия, различных деструктивных вариантов личностного развития индивидов, возможностей их психологической профилактики и психокоррекции теоретико-методические основы разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ, методических и этических требований реализации программ психологической профилактики и психокоррекции профессиональных деформаций, отклонений (нарушений) в личностном развитии, асоциального поведения индивидов, критериев их результативности, категориального аппарата, основных проблем и феноменологии психологии стресса и стресс-менеджмента, используемых в ней методов, областей практического применения знаний психологии стресса и стресс-менеджмента, стандартных базовых методов и процедур психологической поддержки и сопровождения развития личности, получившей психическую травму; требований, предъявляемых к программам повышения стрессоустойчивости, психологической реабилитации и реадaptации лиц, получивших психические травмы, теоретических и технологических основ психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями; допускаются грубые ошибки при демонстрации умений умения выявлять и прогнозировать возникновение психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов с использованием профессионального диагностического инструментария, разрабатывать соответствующие психопрофилактические и психокоррекционные программы, определять критерии их результативности, подбирать методы и процедуры диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, выбирать оптимальные технологии психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессовыми состояниями, иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований, излагать материал в процессе ответа логически последовательно, профессионально грамотно, делать полные и обоснованные выводы; не демонстрируется владение навыками подбора методов и процедур диагностики степени социально-психологической дезадаптации и психологических особенностей, в том числе стрессовых состояний, разных социальных групп и отдельных лиц, получивших психические травмы, диагностики психологического неблагополучия, деструктивных вариантов личностного развития индивидов и прогнозирования на основе диагностических данных возможности возникновения такого неблагополучия, выбора оптимальных технологий психологического консультирования по проблемам психологического здоровья, управления стрессом.</p>	<p>–</p>	<p>Неудовлетворительно</p>
--	----------	----------------------------

