

УТВЕРЖДАЮ
 Декан факультета

_____ Шматко А.Д.

« ____ » _____ 20__

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Направление/специальность подготовки	38.05.01 Экономическая безопасность
Специализация/профиль/программа подготовки	Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности
Уровень высшего образования	Специалитет
Форма обучения	Очная
Факультет	Р Международного промышленного менеджмента и коммуникации
Выпускающая кафедра	Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ
Кафедра-разработчик рабочей программы	Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ

КУРС	СЕМЕСТР	ОБЩАЯ ТРУДОЁМКОСТЬ (ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ)	ЧАСЫ (по наличию видов занятий)									ВИД ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ
			ОБЩАЯ ТРУДОЁМКОСТЬ	АУДИТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ				САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА				
				ВСЕГО	ЛЕКЦИИ	ЛАБОРАТОРНЫЙ ПРАКТИКУМ	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ	ВСЕГО	КУРСОВОЙ ПРОЕКТ	КУРСОВАЯ РАБОТА	ДРУГИЕ ВИДЫ САМОСТ. РАБОТЫ	
4	8	4	144	51	17	0	34	93	0	0	93	ЭКЗ.

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА СОСТАВЛЕНА В СООТВЕТСТВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ ФЕДЕРАЛЬНОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (ФГОС ВО)

38.05.01 Экономическая безопасность

год набора группы: 2025

Программу составили:

Кафедра Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ
Болотова Ольга Владимировна, к.п.н., доцент, доцент

Кафедра Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ
Селиверстова Наталья Алексеевна, д.п.н., доцент

Программа рассмотрена
на заседании кафедры-разработчика
рабочей программы **Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ**

Заведующий кафедрой Шматко А.Д., д.э.н., проф.

Программа рассмотрена
на заседании выпускающей кафедры

Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ

Заведующий кафедрой Шматко А.Д., д.э.н., проф.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Разделы рабочей программы

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
4. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложения к рабочей программе дисциплины

- Приложение 1. Аннотация рабочей программы
- Приложение 2. Технологии и формы обучения
- Приложение 3. Фонды оценочных средств

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

ПК-3 — Способен применять основные закономерности создания и принципы функционирования систем экономической безопасности хозяйствующих субъектов

Формированию компетенций служит достижение следующих результатов образования:

ПК-3

знания:

способен проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях;

умения:

проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях;

навыки:

Применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Дисциплина **ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ** является дисциплиной **части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1**, программы подготовки по направлению *38.05.01 Экономическая безопасность*.

Содержание дисциплины является логическим продолжением дисциплин: **ФИЛОСОФИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**.

Содержание дисциплины является основой для освоения дисциплин: **ОСНОВЫ ЮРИДИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ, ПОДГОТОВКА К ПРОЦЕДУРЕ ЗАЩИТЫ И ЗАЩИТА ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**.

Предварительные компетенции, сформированные у обучающегося до начала изучения дисциплины:

- УК-3 — Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели
- УК-4 — Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия
- УК-5 — Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия
- УК-6 — Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни
- УК-9 — Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч.

3.1. Содержание (дидактика) дисциплины

КУРС	СЕМЕСТР	Наименование разделов и дидактических единиц	ВСЕГО	Аудиторные занятия в контактной форме			Самостоятельная работа студентов	Формируемая компетенция, %
				ВСЕГО	Лекции	Практические занятия		ПК-3
4	8	Раздел 1. Сущность и содержание понятия стресс. 1.1. Предмет, задачи и история развития психологии стресса. 1.2. Классическая теория Ганса Селье об общем адаптационном синдроме и современные представления о стрессе. 1.3. Теории и модели стресса в современной науке, подходы к его систематизации 1.4. Физиологические последствия стресса и болезни адаптации 1.5. Психологический стресс: психологические проявления стресса и личностные корреляты стрессовой реактивности 1.6. Проблема стресса, адаптации и дезадаптации в профессиональной деятельности 1.7. Синдром выгорания, ПТСР и другие нервно-психические расстройства, связанные с профессиональным стрессом.	74	27	9	18	47	50
4	8	Раздел 2. Преодоление стресса и стрессоустойчивое поведение. 2.1. Проблема устойчивости к стрессу 2.2 Ресурсы и психологические средства регуляции стрессовых состояний 2.3 Комплексный психологический подход к управлению стрессом как направление повышения стрессоустойчивости человека 2.4 Повышение стрессоустойчивости, превенция и терапия дистресса у сотрудников.	70	24	8	16	46	50
Всего за 8 семестр			144	51	17	34	93	100
Всего по дисциплине			144	51	17	34	93	100

3.2. Аудиторный практикум

№ п/п	Номер и наименование раздела дисциплины	Тема практического занятия	Объем, ауд. часов
1	Раздел 1. Сущность и содержание понятия стресс.	Основные варианты развития профессионального стресса, ПТСР и других нервно-психических расстройств у сотрудников	2
2		Задачи, направления, подходы и методы исследования психологии стресса.	2
3		Стадии развития стресса	2
4		Феномены функциональной асимметрии мозга, выученной беспомощности и алекситимии в развитии стресса.	2
5		Классификация жизненных стрессов	2
6		Стадийность нарастания процесса психической дезадаптации	2
7		Оценка стрессовой ситуации как фактор влияния на переживание стресса	2
8		Этапы развития профессионального стресса у сотрудников и состояния психической дезадаптации стрессовой природы.	2
9		Зависимость степени психической дезадаптации от их характера и уровня опасности службы	2
10	Раздел 2. Преодоление стресса и стрессоустойчивое поведение.	Основные мероприятия по предупреждению чрезвычайных происшествий и обеспечение психологической безопасности персонала пенитенциарных учреждений.	2
11		Методы супервизии в работе с сотрудниками.	2
12		Особенности оказания помощи сотрудникам с проявлениями профессионального стресса	2
13		Оказание психологической помощи психически уязвимым и проблемным категориям сотрудников.	2
14		Концепции совладания со стрессом	2
15		Содержание и формы совладающего поведения профессионала в процессе выполнения служебных задач.	2
16		Классификация направлений и методов сознательной регуляции стресса.	2
17		Методы супервизии и их функции	2

3.3. Самостоятельная работа студента (СРС)

№ п/п	Номер и наименование раздела дисциплины	Содержание учебного задания	Объем, часов
1	Раздел 1. Сущность и содержание понятия стресс.	1)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.1- Предмет, задачи и история развития психологии стресса. Выбор темы реферата и подбор литературы по теме реферата 2)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.2 -Классическая теория Ганса Селье об общем адаптационном синдроме и современные представления о стрессе. Обработка и анализ данных по теме реферата. 3)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.3- Теории и модели стресса в современной науке, подходы к его систематизации Выбор темы реферата и подбор литературы по теме реферата 4) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.4-.Физиологические последствия стресса и болезни адаптации сбор информации по теме реферата 5)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.5- Психологический стресс: психологические проявления стресса и личностные корреляты стрессовой реактивности Обработка и анализ данных по теме реферата. 6) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.6 - Проблема стресса, адаптации и дезадаптации в профессиональной деятельности сбор информации по теме реферата 7)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.7- Синдром выгорания, ПТСР и другие нервно-психические расстройства, связанные с профессиональным.Обработка и анализ данных по теме реферата.	47
2	Раздел 2. Преодоление стресса и стрессоустойчивое поведение.	1) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.1 - Проблема устойчивости к стрессу Обработка и анализ данных по теме реферата. 2) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.2 - Ресурсы и психологические средства регуляции стрессовых состояний Обработка и анализ данных по теме реферата. 3) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.3 - Комплексный психологический подход к управлению стрессом как направление повышения стрессоустойчивости человека Обработка и анализ данных по теме реферата. 4) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.4 - Повышение стрессоустойчивости, превенция и терапия дистресса у сотрудников Защита реферата.	46
Всего за 8 семестр			93

4. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

СЕМЕСТР	НЕДЕЛИ СЕМЕСТРА																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
8	ВПЗ	ВПЗ	ВПЗ	ВПЗ	ВПЗ, Реф	ДР	ВПЗ	ВПЗ	ВПЗ	ДР	ВПЗ, Реф	ВПЗ	ВПЗ	ВПЗ	ВПЗ, Реф	ДР	ВПЗ

Условные обозначения:

- ДР – диагностическая работа;
- ВПЗ – вопросы/задания по темам ПЗ;
- Реф – реферат.

Текущий контроль успеваемости студентов проводится в дискретные временные интервалы в следующих формах:

- диагностическая работа;
- вопросы/задания по темам ПЗ;
- реферат.

Промежуточная аттестация проводится в формах:

- экзамен.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература по дисциплине:

1. Л. В. Соколова. . Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении. Москва: Юрайт, 2021, эл. рес.
2. М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. . Психология стресса. Москва: Юрайт, 2020, эл. рес.

5.2. Дополнительная литература по дисциплине:

не требуется.

5.3. Периодические издания:

1. Кадровое дело;
2. Социальные и гуманитарные знания.

5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины, электронные библиотечные системы:

1. <https://urait.ru/bcode/472257> — Стресс-менеджмент — Образовательная платформа «Юрайт». Для вузов и ссузов.;
2. <https://urait.ru/bcode/469938> — Психология экстремальных ситуаций — Образовательная платформа «Юрайт». Для вузов и ссузов..

Современные профессиональные базы данных:

1. <https://rusneb.ru> – Национальная электронная библиотека (НЭБ);
2. <https://cyberleninka.ru/> - Научная электронная библиотека «Киберленинка»;
<http://www.rfbr.ru/rffi/ru/library> - Полнотекстовая электронная библиотека Российского фонда фундаментальных исследований.

Информационные справочные системы:

1. Техэксперт – Информационный портал технического регулирования: Нормы, правила, стандарты РФ;
2. http://library.voenmeh.ru/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=457 - БД ГОСТов собственной генерации БГТУ "ВОЕНМЕХ" им. Д. Ф. Устинова;
3. <http://www.consultant.ru/>- КонсультантПлюс- информационный портал правовой информации.

5.5. Программное обеспечение:

не требуется.

5.6. Информационные технологии:

взаимодействие с обучающимися посредством ЭИОС Moodle БГТУ «ВОЕНМЕХ» им. Д.Ф. Устинова.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Лекционные занятия:

1. Интерактивная доска;
2. Проектор.

6.2. Практические занятия:

1. Проектор;
2. Интерактивная доска.

6.3. Прочее:

1. рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет;
2. рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

Аннотация рабочей программы

Дисциплина **ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ** является дисциплиной **части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1**, программы подготовки по направлению **38.05.01 Экономическая безопасность**. Дисциплина реализуется на факультете **Р** Международного промышленного менеджмента и коммуникации БГТУ "ВОЕНМЕХ" им. Д.Ф. Устинова кафедрой **Р1 МЕНЕДЖМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ**.

Дисциплина нацелена на формирование *компетенций*:

ПК-3 Способен применять основные закономерности создания и принципы функционирования систем экономической безопасности хозяйствующих субъектов.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с изучением предмета, задач и истории развития психологии стресса, классической теории Ганса Селье об общем адаптационном синдроме и современные представления о стрессе, теорий и моделей стресса в современной науке, подходов к его систематизации; изучаются физиологические последствия стресса и болезни адаптации, синдром выгорания, ПТСР и другие нервно-психические расстройства, связанные с профессиональной деятельностью; рассматриваются ресурсы и психологические средства регуляции стрессовых состояний, комплексный психологический подход к управлению стрессом как направление повышения стрессоустойчивости сотрудников с целью профилактики и терапии деструктивных последствий профессионального стресса.

Программой дисциплины предусмотрены следующие **виды контроля**:

Текущий контроль успеваемости студентов проводится в дискретные временные интервалы в следующих формах:

- диагностическая работа;
- вопросы/задания по темам ПЗ;
- реферат.

Промежуточная аттестация проводится в формах:

- экзамен.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет **4 з.е., 144 ч**. Программой дисциплины предусмотрены лекционные занятия (**17 ч.**), практические занятия (**34 ч.**), самостоятельная работа студента (**93 ч.**).

ТЕХНОЛОГИИ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Рекомендации по освоению дисциплины для студента

Трудоемкость освоения дисциплины составляет 144 ч., из них 51 ч. аудиторных занятий, и 93 ч., отведенных на самостоятельную работу студента.

Рекомендации по распределению учебного времени по видам самостоятельной работы и разделам дисциплины приведены в таблице.

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положением о текущем, рубежном контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Формы контроля и критерии оценивания приведены в приложении 3 к Рабочей программе.

Наименование работы	Рекомендуемая литература	Трудоемкость, час.
Раздел 1. Сущность и содержание понятия стресс.		
1)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.1- Предмет, задачи и история развития психологии стресса. Выбор темы реферата и подбор литературы по теме реферата 2)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.2 -Классическая теория Ганса Селье об общем адаптационном синдроме и современные представления о стрессе. Обработка и анализ данных по теме реферата. 3)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.3- Теории и модели стресса в современной науке, подходы к его систематизации. Выбор темы реферата и подбор литературы по теме реферата 4) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.4-.Физиологические последствия стресса и болезни адаптации сбор информации по теме реферата 5)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.5- Психологический стресс: психологические проявления стресса и личностные корреляты стрессовой реактивности Обработка и анализ данных по теме реферата. 6) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.6 - Проблема стресса, адаптации и дезадаптации в профессиональной деятельности сбор информации по теме реферата 7)Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 1.7- Синдром выгорания, ПТСР и другие нервно-психические расстройства, связанные с профессиональным.Обработка и анализ данных по теме реферата.	М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. . Психология стресса: Москва: Юрайт, 2020 (1-4) Л. В. Соколова. . Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении: Москва: Юрайт, 2021 (1)	47
Итого по разделу 1		47
Раздел 2. Преодоление стресса и стрессоустойчивое поведение.		
1) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.1 - Проблема устойчивости к стрессу Обработка и анализ данных по теме реферата. 2) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.2 - Ресурсы и психологические средства регуляции стрессовых состояний Обработка и анализ данных по теме реферата. 3) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.3 - Комплексный психологический подход к управлению стрессом как направление повышения стрессоустойчивости человека Обработка и анализ данных по теме реферата. 4) Изучение основной и дополнительной литературы по вопросам раздела 2.4 - Повышение стрессоустойчивости, превенция и терапия дистресса у сотрудников Защита реферата.	Л. В. Соколова. . Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении: Москва: Юрайт, 2021 (4) М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. . Психология стресса: Москва: Юрайт, 2020 (4)	46
Итого по разделу 2		46

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств, позволяющие оценить результаты обучения по данной дисциплине, включают в себя:

- диагностическая работа
- вопросы/задания по темам ПЗ;
- реферат;
- экзамен.

Критерии оценивания

Диагностическая работа

Диагностическая работа проводится в форме теста в ЭИОС Moodle:

- при правильном ответе менее чем на 60% вопросов - не аттестация;
- при правильном ответе на 60% вопросов и более - аттестация.

Вопросы/задания по темам ПЗ

Занятие №1. Задачи, направления, подходы и методы исследования психологии стресса.

Отрабатываемые вопросы:

Базовые теоретические конструкты причин и механизмов развития стресса. Теория функциональных систем П.К. Анохина и голографического единства мироздания, законы термодинамики биосистем и информационная теория эмоций, идеи и положения постнеклассической антропологической психологии и другие взгляды на природу стресса и сознание человека. Роль негативных эмоций в системных механизмах развития стресса.

Занятие № 2 . Стадии развития стресса

Отрабатываемые вопросы:

Особенности функционирования нейроэндокринной систем организма. Значение исследований Г. Селье для психологии стресса. Системные исследования психофизиологии и психонейроэндокринологии стресса. Вклад исследований Б.У. Кэннона в проблему стресса и адаптации. Роль симпатической и парасимпатической систем в формировании ОАС. Определение, сущность и общие механизмы развития стресса. Стресс как естественная приспособительная реакция живого организма на любое возмущающее воздействие окружающей среды. Стресс как событие (ситуация), реакция (состояние), промежуточная переменная (процесс между действием раздражителя и реакцией), транзактный процесс (копинг), отсроченные последствия (адаптация и дезадаптация).

Занятие № 3 . Феномены функциональной асимметрии мозга, выученной беспомощности и алекситимии в развитии стресса.

Отрабатываемые вопросы:

Системная и интегративная модели модель стресса, теория хаоса. Психическая адаптация и стресс. Основные подходы к трактовке феномена стресса и экстремальности. Реактивная и регулятивная парадигмы стресса

Занятие № 4. Классификация жизненных стрессов

Отрабатываемые вопросы:

Широта диапазона стрессовых ситуаций (реакций, состояний).

Классификация жизненных стрессов: внутриличностный, личностный, семейный, экологический, профессиональный (рабочий), общественный, финансовый. Понятия социальный и популяционный стрессы. Особенности развития и полиморфность проявлений стресса. Психологические, физиологические и поведенческие проявления стресса. Стрессоры и их классификация. Диагностика стресса.

Занятие № 5. Стадийность нарастания процесса психической дезадаптации

Отрабатываемые вопросы:

Наибольшая уязвимость сложноорганизованных форм существования (жизнедеятельности) человека – психических процессов и сложных социальных форм его поведения. Этапность (стадийность) нарастания процесса психической дезадаптации. Генерализация процесса в виде устойчивых патопсихологических и патопсихических новообразований. Стресс в рубриках Международной

классификации психических и поведенческих расстройств (МКБ-10).

Занятие № 6 . Оценка стрессовой ситуации как фактор влияния на переживание стресса.

Динамические характеристики стрессоров и стрессовой реактивности, их влияние на деятельность и личность. Духовные ресурсы как фактор устойчивости к стрессу: внутренний мир человека, определяемый его телеологическими, ценностными, духовными, творческими и другими культурными характеристиками. Возрастные и половые особенности стрессовой реактивности.

Занятие № 7. Этапы развития профессионального стресса у сотрудников и состояния психической дезадаптации стрессовой природы.

Отрабатываемые вопросы:

Причины и обстоятельства чрезвычайных происшествий и стрессовые факторы профессиональной деятельности сотрудников. Характеристика индивидуально-психологических и профессиональных особенностей сотрудников, пострадавших в результате чрезвычайных инцидентов. Особенности психогенных расстройств у родственников сотрудников, подвергшихся стрессовому воздействию

Занятие № 8. Зависимость степени психической дезадаптации от их характера и уровня опасности службы

Отрабатываемые вопросы:

Зависимость степени психической дезадаптации от их характера и уровня опасности службы, ее длительности, мотивированности сотрудника, опыта работы в экстремальных ситуациях, половозрастных особенностей, индивидуально-личностных качеств. Профессиональный стресс и процессы психосоциальной дезадаптации, деструктивные формы поведения сотрудников, нарушения дисциплины и законности.

Занятие № 9. Основные варианты развития профессионального стресса, ПТСР и других нервно-психических расстройств у сотрудников

Отрабатываемые вопросы:

Диапазон психических и поведенческих нарушений.. Психологические особенности личности сотрудника в генезе психопатологических состояний. Социальная и психологическая (дефицитарнодуховная) природа отклоняющегося поведения персонала ИУ. Причины и особенности суицидального поведения сотрудников в аспекте последствий психологического (профессионального) стресса.

Занятие № 10. Концепции совладания со стрессом – копинг поведения.

Отрабатываемые вопросы:

Личностные и другие ресурсы совладания. основанные на здоровом стиле жизни и поведении, другие стратегии управления стрессом. Последовательность действий психолога по устранению излишних стрессоров в жизни современного человека. Медико-психологическая практика и техники, применяемые для снятия дистрессовых явлений. Основные принципы и подходы организации психологической работы по проведению психолого-медицинской коррекции и терапии дистрессовых и постстрессовых состояний. Роль психологического отбора и мониторинга психического состояния персонала в профилактике негативных последствий профессионального стресса. Психологическая подготовка личного состава к деятельности в стрессовых ситуациях. Сочетанность психологических и медицинских подходов, методов и средств в процессе постстрессовой реабилитации. Медико-психологическая реабилитация, особенности, организация и методы. Оптимальная модель профилактических и комплексных реабилитационных мероприятий.

Занятие № 11. Содержание и формы совладающего поведения профессионала в процессе выполнения служебных задач.

Отрабатываемые вопросы:

Устойчивые сочетания стилей совладающего со стрессом и защитного поведения. Характер (специфика) психической адаптации и уровень приспособительных возможностей личности. Теоретические основы и психологическая практика направленного понижения психологической уязвимости личности с учетом личностных ресурсов сотрудника. Психическая адаптация как целостный многоуровневый личностный конструкт сознательных стратегий совладания со стрессом в структуре личности. Прогнозирование риска развития нарушений психической адаптации и распознавание психологической уязвимости личности сотрудника.

Занятие № 12 . Классификация направлений и методов сознательной регуляции стресса.

Отрабатываемые вопросы:

Использование психотехник управляемой саморегуляции в целях обеспечения устойчивости ОБС в условиях динамики и интенсивности воздействия стрессовых факторов на личность сотрудника. Стресс

как фактор развития личности. Исследования, показавшие позитивное воздействие стресса на ускорение процесса физического и физиологического развития.

Занятие № 13 . Методы супервизии и их функции

Отрабатываемые вопросы:

Улаживание конфликтов в поведении, профилактика стрессов, организация досуга, организация и открытие комнат снятия стрессов (поддерживающая функция), мониторинг (диагностическая функция); выполнение роли административного буфера и другие. Супервизия как важный момент в профилактике профессионального стресса (СВ) у сотрудников.

Занятие № 14 . Особенности оказания помощи сотрудникам с проявлениями профессионального стресса.

Отрабатываемые вопросы:

Особенности оказания помощи сотрудникам с проявлениями профессионального стресса, СВ, ПТСР и другими проявлениями стрессовых расстройств. Пути интервенции негативных эмоциональных состояний (НЭС) и стрессиндуцированной психопатологии у сотрудников. Понятие «стресс-индуцированный рост личности».

Занятие 15. Оказание психологической помощи психически уязвимым и проблемным категориям сотрудников.

Отрабатываемые вопросы:

Диагностика синдрома выгорания и профессиональной деформации личности. Определение личностных «ресурсов» и обучение сотрудников эффективным техникам регулирования своих эмоциональных состояний и адекватным способам поведения в различных ситуациях. Последовательное моделирование типичных стресс-факторов и ситуативный тренинг профессионала. Этап психологического сопровождения, этап психологической реабилитации.

Занятие 16. Основные мероприятия по предупреждению чрезвычайных происшествий и обеспечение психологической безопасности персонала пенитенциарных учреждений.

Отрабатываемые вопросы:

Профилактика и коррекция повышенной утомляемости сотрудников в условиях хронического стресса. Психотерапия как основной и вспомогательный способ реабилитации сотрудников. Сущность, содержание и способы психологической реабилитации лиц, перенесших травматический стресс.

Занятие 17. Методы супервизии в работе с сотрудниками.

Отрабатываемые вопросы:

Супервизия как необходимый элемент профессиональной культуры специалиста в профилактике профессионального стресса (СВ) у сотрудников и у самих психологов – практиков. Основные задачи и принципы психологической реабилитации сотрудников. Сущность, содержание и способы психологической и социально-психологической реабилитации лиц, перенесших стресс.

Оценка производится по балльно-рейтинговой системе. Максимальное количество баллов за один ответ - 2 балла.

Критерии оценивания:

2 балла ("Отлично") – ответ или задание выполнены в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Студент отвечал полностью самостоятельно, без замечаний.

1 балл ("Хорошо", "удовлетворительно") – ответ или задание выполнены правильно с учетом 2-3 несущественных ошибок исправленных самостоятельно по требованию преподавателя.

0 баллов ("неудовлетворительно") – допущены две (и более) существенные ошибки в ходе ответа или выполнения задания, которые обучающиеся не может исправить даже по требованию преподавателя. Обнаружено плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений.

Реферат

Тематика рефератов:

1. Основные подходы к определению личности в отечественной психологии.
2. Взаимодействие поведенческих аспектов и биологической основы личности.
3. Воздействие социального окружения индивида на развитие личности.
4. Измерение личных свойств на основе наблюдений за поведением индивида.
5. Описание личности в терминах ее качеств.
6. Описание личности в терминах основных типов.
7. Качества личности как длительно существующие характеристики, проявляющиеся в поведении индивида в различных ситуациях. Описание свойств с помощью факторного анализа.

8. Влияние ситуации на проявление личностных качеств.
9. Позиция человека как личности.
10. Взаимосвязь характера и темперамента.
11. Жизненный путь как основная форма развития личности.
12. Интеллектуальный потенциал личности.
13. Условия формирования потребностей личности.
14. Изучение фрустрации с помощью методик неразрешимых задач и прерванного действия.
15. Социальный характер и его проявления.
16. Личность как социальный феномен.
17. Своеобразие понимания З. Фрейда душевной и социальной жизни человека, его социальных отношений, эмоций, интеллекта, личности и психотерапии.
18. Своеобразие понимания К.Г. Юнгом личности и ее типологических особенностей.
19. Творческая энергия личности как способность формулировать как жизненные цели, так и способы их достижения.
20. Содержание и соотношение понятий «индивид», «индивидуальность», «личность», «субъект».
21. Понятие «личность» через отношения, деятельность, сознание, установку.
22. Различные подходы к изучению структуры личности: черта личности, личностный конструкт, диспозиция, отношения, влечение, деятельность как элементы структуры личности.
23. Причины и движущие силы развития личности в различных теориях.
24. Артефакты тестирования личности и их причины.
25. Классификации проективных методов исследования личности.
26. Обоснование проективного метода изучения личности в контексте холистической психологии и в школе New Look.
27. Сравнительный анализ психодинамической теории личности З.Фрейда и подходов к личности в аналитической теории К.Юнга и индивидуальной психологии А.Адлера.
28. Различия во взглядах К.Хорни, Э.Фромма, Э.Эриксона, Г.Салливана по проблемам динамики личности и влияния событий раннего детства на формирование личности.
29. Основные положения концепции В.Райха. Что В.Райх понимает под «телесным панцырем»? Какие существуют современные направления терапии тела? В чем заключается их отличие от концепции В.Райха?
30. Типологии личности в неопрейдизме и психологии Эго.
31. Психическое здоровье в понимании А.Маслоу.
32. Основные причины возникновения неврозов.
33. Определение понятия «личность» у К.К.Платонова и В.Н.Мясищева.
34. Интегральная индивидуальность по В.С.Мерлину.
35. Структура личности К.К.Платонова.

Выполнение реферата следует проводить в три этапа:

первый этап: сбор научной литературы по теме реферата (не менее 25 источников); подбор информации по теме реферата за последние три-пять лет; формирование содержания реферата;
 второй этап: написание первого раздела реферата, посвященного теоретическим аспектам выбранной темы; анализ данных, оформление проведенного анализа в виде таблиц, графиков, диаграмм; написание второго раздела реферата, посвященного текущему состоянию анализируемого предмета исследования; написание введения и заключения реферата;

третий этап: окончательное оформление реферата в соответствии с требованиями ГОСТ 7.32-2017 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления»; подготовка презентации MS Power Point для краткого доклада об основных достижениях в процессе проведенного исследования.

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положением о порядке проведения промежуточной аттестации студентов БГТУ «ВОЕНМЕХ» им. Д.Ф. Устинова.

Максимальная общая сумма за семестр 100 баллов, т.е. обучающийся за семестр может достичь результата, позволяющего получить оценку «зачтено» без участия в промежуточной аттестации (включая баллы за посещаемость и Диагностические работы).

Шкала перевода результатов обучающихся в оценки по дисциплине:

менее 60 - незачтено

60 и более - зачтено.

Если студент не набрал достаточное количество баллов за семестр, то оценка за зачет определяется по результатам ответов на вопросы зачета в день сдачи зачета:

- Оценка «зачтено» выставляется, если ответ логически и лексически грамотно изложен, содержателен и аргументирован подкреплен знанием литературы и источников по теме задания;
- Оценка «незачтено» выставляется, если в ответе допущено существенное нарушение логики изложения материала, систематическое использование разговорной лексики, неправильные ответы на дополнительно заданные вопросы.

Экзамен

Экзамен осуществляется при выборе билета соответствующего дисциплине и ответа на него.
Оценка от 2 до 5 баллов.

Паспорт фонда оценочных средств

КУРС	СЕМЕСТР	Наименование разделов и дидактических единиц	ВСЕГО	Аудиторные занятия в контактной форме			Самостоятельная работа студентов	Формируемая компетенция, %	НАИМЕНОВАНИЕ ОЦЕНОЧНОГО СРЕДСТВА
				ВСЕГО	Лекции	Практические занятия		ПК-3	
4	8	Раздел 1. Сущность и содержание понятия стресс.	74	27	9	18	47	50	Реферат, Вопросы/ задания по темам ПЗ
4	8	Раздел 2. Преодоление стресса и стрессоустойчивое поведение.	70	24	8	16	46	50	Реферат, Вопросы/ задания по темам ПЗ
Всего за 8 семестр			144	51	17	34	93	100	
Всего по дисциплине			144	51	17	34	93	100	

Оценочные материалы по дисциплине ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СТРЕССОУСТОЙЧИВОГО ПОВЕДЕНИЯ

ПК-3 - Способен применять основные закономерности создания и принципы функционирования систем экономической безопасности хозяйствующих субъектов

- № 1 Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ
Стрессовые события сами по себе очень редко становятся причиной развития ПТСР, что является важным фактором при этом?
- № 2 Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ
При каких обстоятельствах снижаются показатели в профессиональной деятельности, повышенной заболеваемости личного состава подразделения, но и к профессиональной деформации, влекущей за собой девиантное поведение сотрудников, выражающееся в совершении сотрудниками должностных проступков, правонарушений и преступлений, злоупотреблении алкогольными напитками, употреблении наркотических средств, суицидах.
- № 3 Прочитайте текст и установите соответствие
[.....] является интегративным свойством человека, которое определяется степенью адаптации к воздействию экстремальных факторов среды, уровнем активации функциональных ресурсов организма.
- № 4 Прочитайте текст и установите соответствие
..... – это состояние психического благополучия.
- № 5 Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов
По своей психологической природе стресс является

Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора
- 1) сложным феноменом
 - 2) включает эмоциональные и соматические компоненты
 - 3) негативной эмоцией
 - 4) позитивной эмоцией
 - 5) эмоционально нейтральным явлением
- № 6 Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов
Укажите пример «психологического» стресса:

Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора
- 1) воспалительная реакция после ожога
 - 2) болезнь, вызванная вирусной инфекцией
 - 3) повышение артериального давления после семейной ссоры
 - 4) травма, связанная с падением
 - 5) учащенное сердцебиение после просмотра фильма ужасов
- № 7 Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа
Среди наиболее значимых характеристик профессионала экстремальных профессий:

А) Эмоциональная уравновешенность

В) Высокий интеллект

С) Оптимизм

Д) Высокая толерантность к стрессорным воздействиям

№ 8 Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Психологическая особенность личности сотрудников, склонных к дезадаптивным формам поведения, – это:

А) Эмоциональная уравновешенность

В) Высокая моральная нормативность

С) Высокая тревожность

Д) Высокая стрессоустойчивость

№ 9 Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответов

Перечислите эволюционные реакции быстрого реагирования на опасность?

Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора

1. Бей

2. Беги

3. Замри

4. Кричи

5. Дерись

№ 10 Прочитайте текст и установите последовательность

Обучение эффективным способам совладания со стрессом и тренинги развития эмоциональной устойчивости относятся к профилактическим мероприятиям следующего уровня

№ 11 Прочитайте текст и установите последовательность

В комплексе факторов психической дезадаптации сотрудников ОВД не выделена следующая группа

№ 12 Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа

Эффективность исполнения служебных обязанностей может быть оценена с помощью метода:

А) Экспертного опроса

В) Эксперимента

С) Беседы

Д) Теста