

## ПСИХОЛОГІЯ СТРЕСУ

**Викладач:** кандидат психологічних наук, доцент кафедри вікової та педагогічної психології Назаревич В.В.

**Кількість кредитів -3**

**Семестр 2**

### **Анотація навчальної дисципліни**

Дисципліна «Психологія стресу» виступає основою для вивчення різних видів психічних проявів стресу та його наслідків на кафедрі вікової та педагогічної психології. Вона знайомить студентів з предметом психології стресу як науки що вивчає історико-методологічні основи психоемоційних змін при впливах стресових умовах, її прикладними завданнями виступає, розкриття основних психологічних проблем при організації психологічної допомоги різного типу і на різних стадіях життєвого циклу при наявних стресових ознаках особистості. Подальший розвиток дисципліни знаходить в таких курсах як «Психологічне консультування» та ін.

У своєму змісті дисципліна орієнтована на сучасні моделі професійної діяльності в галузі спеціальної психології, медичної психології та психології в закладах соціального спрямування. У лекційній частині дається обґрунтування особливого розуміння процесу стресу в міждисциплінарних галузях наукового знання. Розглядається структура формування стресових реакцій як змістовних змін в розвитку психіки особистості в наслідок впливу стресових факторів різного характеру. Знання, отримані студентами в ході вивчення дисципліни «Психологія стресу», повинні забезпечити їм можливість вироблення обґрунтованої професійної позиції по відношенню до проблем розуміння, діагностики та формування системи допомоги особам із прояви психічної депривації .

**Мета** навчальної дисципліни полягає в формуванні теоретичних знань та практичної підготовки для забезпечення психологічної допомоги при роботі із проявами стресу і ПТСР у клієнтів .

**Завдання:** дисципліни є вивчення студентами сучасних концепцій біологічного і психологічного стресу, його впливу на психічне і соматичне здоров'я, закономірностей його розвитку, чинників, сприяючих його модифікації в еустрес або дистрес, особливостей професійних стресів, методів саморегуляції і психотерапії стресових станів. вивчення проявів психотравматичного психологічного процесу; визначення механізмів впливу стресу на поведінкові та емоційні прояви; розробка методологічних основ формування реабілітаційних програм; оволодіння технічними прийомами комплексної діагностики особистості, формування навичок професійного психологічного діагностування і корекції.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

#### **знати:**

- форми організації, методик проведення консультативних зустрічей; роль психологічної допомоги у процесі відновлення після травм, стресів, кризових станів;
- різні форми проведення психологічних психолого-реабілітаційних заходів.
- індивідуально-типологічні параметри особистості; їх характер, здібності;

- можливості і необхідні умови застосування психодіагностичних методик у відповідності з віковими особливостями обстежуваних;
- основні види репрезентативності тестових даних.

**вміти:**

- на належному методологічному рівні провести будь-яку форму психолого-реабілітаційного заходу;
- використовувати різні прийоми та методи психологічної допомоги;
- розробляти приблизні план психологічної реабілітації.
- проводити адекватний відбір психодіагностичних стандартизованих і нестандартизованих методик відповідно до якостей, що досліджуються;
- обробляти, інтерпретувати і представляти результати психологічного дослідження;
- працювати з стандартизованими опитувальниками, проєктивними методиками і власне тестами;
- проводити інтегративне дослідження особистості на основі поєднання різнотипних методик.
- використовувати знання клінічної психології при вивченні та поясненні психічних явищ;
- оцінити психічний стан людини;
- діагностувати наявність патологічних відношень в психічній діяльності людини.

Набути соціальних навичок (soft-skills): (відповідно до загальних компетентностей)

- комунікації: «Патопсихологія»
- здатність брати на себе відповідальність і працювати в критичних умовах: «Психологічне консультування»
- здатність навчатися протягом усього життя: «Педагогіка», «Психологія вищої школи»;
- вміння влагоджувати конфлікти, працювати в команді: «Психологічна експертиза », «Актуальні вітчизняної та зарубіжні теорії психології»;
- здатність логічно і системно мислити «Патопсихології»;
- креативність: «Психологічна експертиза в різних галузях»

**Очікувані результати вивчення курсу**

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

*Очні консультації:* 2 год.

*Он лайн- консультації:* Розклад присутності викладача на спеціальному форумі (в інтернет мережах).

nazarevich.v@gmail.com3