ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

**«ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической

работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н.Большаков

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины

**Б1.В.03.07 КЛИНИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОНЦЕПЦИИ СТРЕССА**

Специальность **37.05.01 Клиническая психология**

Специализация №3 **Патопсихологическая диагностика и психотерапия**

(год начала подготовки – 2022)

Санкт-Петербург

2021

**1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индекс компетенции | Содержание компетенции  (или ее части) | Индикаторы компетенций  (код и содержание) |
| УК-5 | Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия | ИУК-¬5.1. Анализирует особенности социального взаимодействия с учетом национальных, культурных и религиозных особенностей; грамотно и доступно излагает профессиональную информацию в процессе межкультурного взаимодействия  ИУК-5.2. Межкультурное взаимодействие строит на основе этических норм и прав человека  ИУК - 5.3. Понимает роль культуры в процессе формирования и развития личности, профессиональном становлении |
| ПК-5 | ПК-5. Готовность и способность осуществлять псохокоррекционное и/или психотерапевтическое воздействие в отношении лиц, имеющих те или иные психические патологии | ИПК-5.1. Знает основные современные подходы (динамический, аналитический, поведенческий, Гештальт-подход, клиент-центрированный) к психотерапии и коррекции нарушений психической деятельности пациента (клиента);  ИПК-5.2. Знает закономерности и  психологические механизмы возникновения и динамики патопсихологических расстройств, нарушений высших психических процессов и  свойств личности;  ИПК-5.3. Знает основные принципы и задачи в работе патопсихолога, этический кодекс психолога, структуру (основные этапы) и общую концепцию построения психотерапевтического процесса (последовательность этапов психотерапевтической работы).  ИПК-5.4. Способен осуществлять подбор и применение методов психологической интервенции (психотерапии и психокоррекции), направленных на оказание краткосрочной или длительной, индивидуальной или групповой психотерапии;  ИПК-5.5. Владеет навыками установления контакта с пациентом (клиентом), навыками проведения клинической беседы с применением метода наблюдения;  ИПК-5.6. Владеет навыками применения методов психологической интервенции с позиций различных психотерапевтических подходов. |
| ПК-10 | ПК-10. Готовность к формированию установок. Направленных на здоровый образ жизни, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, популяризацию психологических знаний | ИПК-10.1. Владеет основными принципами организации мероприятий, направленных на формирование установки на здоровый образа жизни;  ИПК-10.2. Знает основные критерии и признаки гармоничного развития и владеет способами и технологиями коррекции дисгармоничного развития человека;  ИПК-10.3. Способен разрабатывать программы профилактики дезадаптационных нарушений, сохранения и повышения уровня психического здоровья;  ИПК-10.4. Способен осуществлять мероприятия, направленные на предупреждение дезадаптационных нарушений и психосоматических расстройств;  ИПК-10.5. Владеет навыками формирования у пациента (клиента) способности эффективного преодоления жизненных трудностей и рационального взаимодействия с окружающим миром. |
| ПК-12 | ПК-12. Готовность сопровождать инновации, направленные на повышение качества жизни, психологического благополучия и здоровья лиц с отклонения ми в состоянии здоровья | ИПК-12.1 Знает актуальные проблемы, связанные с дезадаптацией человека и расстройствами психики при различных патологических состояниях; традиционные и новые технологии сохранения психического и соматического здоровья;  ИПК-12.2 Способен осуществлять психологическое просвещение персонала лечебных учреждений с целью повышения уровня психологической культуры;  ИПК-12.3. Способен осуществлять психологическое сопровождение инноваций нацеленных на повышение качества жизни и психол. благополучия объектов абилитационного и реабилитационного процесса;  ИПК-12.4. Владеет информацией об актуальных результатах психологических исследований и инновационных технологий психологического сопровождения лечебного и восстановительного процессов;  ИПК-12.5 Способен принимать самостоятельные профессиональные решения и реализовывать их в профессиональной деятельности. |

**2. Место дисциплины в структуре ОП:**

Цель дисциплины: освоение знаний о психологической сущности стресса, механизмах его развития и основных методах его психопрофилактики и психотерапии.

Задачами дисциплины является изучение:

1. современных концепций биологического и психологического стресса;

2. причин возникновения и форм проявлений стрессовых состояний;

3. влияния стресса на психическое и соматическое здоровье;

4. закономерностей развития стресса, факторов, способствующих его модификации в эустресс или дистресс;

5. основных подходов к психологической диагностике психических состояний лиц, переживших стрессовые события и коррекции стресса в прикладных условиях;

6. основных принципов и подходов к оказанию психологической помощи людям, имеющим травматический опыт.

Дисциплина относится к обязательным дисциплинам вариативной части программы специалитета.

Освоение дисциплины и сформированные при этом компетенции необходимы в последующей деятельности.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы:**

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часа *(1 зачетная единица соответствует 36 академическим часам).*

Очная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  |  | Практическая подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | **60** | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 30 | - |
| Лабораторные работы / Практические занятия | -/30 | -/- |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **12** | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | **36** | |
| контактная работа | 2,35 | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | 33,65 | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /з.е.)** | **108/3** | |

**4.СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей**).**

**4.1 Блоки (разделы) дисциплины.**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование блока (раздела) дисциплины |
| 1 | Тема 1. История изучения стресса и общие представления о нем |
| 2 | Тема 2. Нейрофизиологические механизмы стресса |
| 3 | Тема 3. Классификация видов, динамика развития и признаки проявления стрессов |
| 4 | Тема 4. Травматический стресс |
| 5 | Тема 5. Диагностика и психотерапия стрессовых состояний |

**4.2. Примерная тематика курсовых работ (проектов):**

Курсовая работа по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

**4.3. Перечень занятий, проводимых в активной и интерактивной формах, обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блока (раздела) дисциплины** | **Занятия, проводимые в активной и интерактивной формах** | |
| **Форма проведения занятия** | **Наименование видов занятий** |
| 1. | Тема 1. История изучения стресса и общие представления о нем | Лекционное занятие | Мультимедийная презентация, дискуссия. |
| 2. | Тема 2. Нейрофизиологические механизмы стресса | Лекционное занятие | Мультимедийная презентация, дискуссия. |
| 3. | Тема 3. Тема 3. Классификация видов, динамика развития и признаки проявления стрессов | Лекционное занятие | Мультимедийная презентация, дискуссия. |
| 4. | Тема 4. Травматический стресс | Лекционное занятие | Выполнение практического задания |
| 5. | Тема 5. Диагностика и психотерапия стрессовых состояний | практическое занятие | Выполнение практического задания |

**5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:**

**5.1. Темы для творческой самостоятельной работы обучающегося**

Темы для творческой самостоятельной работы студента формулируются обучающимся самостоятельно, исходя из перечня тем занятий текущего семестра.

**5.2. Темы рефератов**

1. Родительские сценарии и характер реагирования на стресс.
2. Особенности характера человека и его реакции на стресс-факторы.
3. Роль социального окружения человека в формировании его стрессоустойчивости.
4. Когнитивные факторы психологического стресса.
5. Посттравматический стресс и способы его нейтрализации.
6. Психосоматические заболевания как следствие психологического стресса, перенесенного человека.
7. Стрессы как следствие отрицательных сторон научно-технического прогресса.
8. Причины стрессов в рамках концепции иерархической системы потребностей А. Маслоу.
9. Механизмы психологической защиты как факторы, снижающие уровень стресса.
10. Стрессы, связанные с неадекватными установками и убеждениями личности.

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости:**

**6.1. Текущий контроль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | № блока (раздела) дисциплины | Форма текущего контроля |
| 1 | Темы 1-5 | Устный опрос или  Защита реферата |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Авторы | Место издания | Год издания | Наличие | |
| печатные издания | ЭБС (адрес в сети Интернет) |
| 1. | Психология стресса: учебник и практикум для вузов | Одинцова М. А., Захарова Н. Л. | М.: Издательство Юрайт | 2019 |  | <http://biblioclub.ru> |
| 2. | Психология стресса: теория и практика [Электронный ресурс]: учебно-  методическое пособие | Мельникова М. Л | Урал. гос. пед. ун-т ; науч. ред.  Л. А. Максимова. – Электрон. дан. – Екатеринбург : [б. и.] | 2018 |  | <http://biblioclub.ru> |
| 3. | Психология стресса и методы коррекции (Серия «Учебное пособие»). | Щербатых Ю. В | СПб.: Питер | 2006 |  | <http://biblioclub.ru> |

**8. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. «НЭБ». Национальная электронная библиотека. – Режим доступа: [http://нэб.рф/](http://www.biblioclub.ru/)

2. «eLibrary». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: [https://elibrary.ru](https://elibrary.ru/)

3. «КиберЛенинка». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>

4. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: [http://www.biblioclub.ru/](http://www.knigafund.ru/)

5. Российская государственная библиотека. – Режим доступа: <http://www.rsl.ru/>

**9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

В ходе осуществления образовательного процесса используются следующие информационные технологии:

- средства визуального отображения и представления информации (LibreOffice) для создания визуальных презентаций как преподавателем (при проведении занятий) так и обучаемым при подготовке докладов для семинарского занятия.

- средства телекоммуникационного общения (электронная почта и т.п.) преподавателя и обучаемого.

- использование обучаемым возможностей информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» при осуществлении самостоятельной работы.

**9.1. Требования к программному обеспечению учебного процесса**

Для успешного освоения дисциплины, обучающийся использует следующие программные средства:

* Windows 10 x64
* MicrosoftOffice 2016
* LibreOffice
* Firefox
* GIMP

**9.2. Информационно-справочные системы (при необходимости):**

Не используются.

**10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий.

Для изучения дисциплины используется следующее оборудование: аудитория, укомплектованная мебелью для обучающихся и преподавателя, доской, ПК с выходом в интернет, мультимедийным проектором и экраном.

Для самостоятельной работы обучающихся используется аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами (ПК с выходом в интернет и обеспечением доступа в электронно-информационно-образовательную среду организации).