

ПСИХОЛОГІЯ СТРЕСУ

Викладач – доктор філософії, доцент Широких Анастасія Олегівна

Кількість кредитів - 3

Семестр 2

Анотація навчальної дисципліни

Навчальна дисципліна «**Психологія стресу**» спрямована на формування психологічної та професійної компетентності майбутнього фахівця в галузі викладання дисциплін психологічного циклу, здатного до систематизації отриманих знань та застосування їх на практиці.

У ході викладання дисципліни передбачається ознайомлення здобувачів зі складним соціально-психологічним феноменом стресу, його основними ознаками, факторами, що спричиняють його виникнення, стратегіями конструктивної поведінки під час стресових ситуацій та засобами ефективної профілактики розвитку стресу.

Навчальна дисципліна призначена для здобувачів вищої освіти за 2 освітнім ступенем «магістр» спеціальності 053 Психологія.

Мета викладання – формування у студентів спеціальності 053 Психологія умінь та навичок подолання психологічних труднощів; нагромадження технік попередження, профілактики стресів у професійному та побутовому середовищі; стимулювання підвищення рівня особистої стресостійкості та соціально-емоційного інтелекту студентів за допомогою теоретичного освоєння психологічних методів управління стресовими ситуаціями.

Завдання дисципліни:

- сформувати уявлення про предмет і понятійний апарат психології стресу;
- ознайомити студентів із концепціями вивчення психологічного стресу, причинами виникнення й формами прояву стресових станів, впливами стресу на успішність діяльності й здоров'я;

- визначити психологічними методи діагностики й корекції стресу в сучасних умовах;
- розширити світоглядні і професійні орієнтації особистості відповідно до отриманих теоретичних і практичних знань.

Очікувані результати вивчення курсу

Інтегральна компетентність

Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.

Загальні компетентності спеціальності (ЗК)

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Фахові спеціальні компетентності (СК)

СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях

Програмні результати навчання

ПР02. Вміти організовувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.

ПР04. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР05. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР06. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПР11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

Очні консультації: за попередньою домовленістю з викладачем щовівторка, з 11.00 до 14.00.

Онлайн консультації: за попередньою домовленістю з викладачем щоп'ятниці з 11.00 до 15.00.

Е-mail викладача: anastasiiia.shyrokykh@rshu.edu.ua.