

Рівненський державний гуманітарний університет
Кафедра вікової та педагогічної психології

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ВК14 Психологія стресу

(шифр і назва навчальної дисципліни)

спеціальність **073 Менеджмент**

(шифр і назва спеціальності)

Освітня програма **Управління навчальним закладом**

(назва спеціалізації)

інститут, факультет **Психолого-природничий факультет**

(назва інституту, факультету)

2021 – 2022 навчальний рік


Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія стресу» для здобувачів вищої освіти за спеціальністю / освітньою програмою 073 Менеджмент (Управління навчальним закладом)

Мова навчання українська

Розробники: Назаревич В.В., кандидат психологічних наук, доцент

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри педагогіки, освітнього менеджменту та соціальної роботи

Протокол від “ 31 ” серпня 2021 року № 8

Завідувач кафедри  проф. Малафіїк І.В.

Робочу програму схвалено навчально-методичною комісією психолого-природничого факультету

Протокол від “ 1 ” вересня 2021 року № 5

Голова навчально-методичної комісії  (проф. Сяська І.О.)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань <u>07 Управління та адміністрування</u> (шифр і назва)	Вибіркова	
Модуль – 1	Спеціальність: <u>073 Менеджмент</u>	Рік підготовки	
Змістових модулів – 2		2-й	2-й
		Семестр	
Загальна кількість годин – 120		3-й	3-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи – 7	Освітній рівень: <u>Магістр</u>	Лекції	
		20 год.	8 год.
		Практичні, семінарські	
		20 год.	6 год.
		Лабораторні	
		–	–
		Самостійна робота	
		80 год.	106 год.
		Індивідуальні завдання:	
		–	–
Вид контролю:			
залік	залік		
Передумови для вивчення дисципліни: Психологія управління.			

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

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

Завдання курсу:

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

3. Очікувані результати навчання

Згідно вимог освітньо-професійної програми здобувачі вищої освіти повинні набути наступних компетенцій:

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності спеціальності (СК):

СК8. Здатність використовувати психологічні технології роботи з персоналом.

СК11. Здатність до адаптації та дії в нових ситуаціях і критичних умовах.

СК12. Здатність дослідити та визначити проблему, а також ідентифікувати обмеження, зокрема ті, що пов'язані з питаннями сталого розвитку, здоров'я і безпеки та оцінками ризиків.

Освітньо-професійною програмою передбачено досягнення наступних *програмних результатів навчання*:

ПРН10. Демонструвати лідерські навички та вміння працювати в команді, взаємодіяти з людьми, впливати на їх поведінку для вирішення професійних задач.

ПРН14. Використання знань з психології при розв'язуванні управлінських завдань в освітній сфері.

4. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. **Основні поняття психології стресу**

Тема 1. Психологія стресу як навчальна дисципліна

Теоретичні основи психології стресу. Психологічні проблеми стресу. Умови роботи психолога з проявами стресу у клієнта. Системи психологічної підтримки особистості в стресогенних умовах. Основні завдання психології стреса, система заходів подолання стресу. Визначити основні ознаки порушень в наслідок стресових ситуацій.

Тема 2. Поняття стресу та стресостійкості

Стрес: історія вивчення і сучасні уявлення. Крива розвитку стресової ситуації. Поняття про стресостійкість Поняття психологічного стресу. Психічні стресори. Чинники, що впливають на розвиток психологічного стресу. Види (рівні) реакцій людини на стрес. Вплив індивідуальних і особистих особливостей людини на виникнення і розвиток стресу.

Тема 3. Стресові стани, їх механізми

Стрес і стреси. Фізіологічний та психологічний стреси. Психічна травма і травматичні події. Три рівні впливу хронічного стресу на особистість: рівень реакцій, соціального функціонування, глибинних особистісних змін. Ціннісний, інтегральний підхід до особистості у стані хронічного стресу. Позитивний вплив стресу на людину. Негативний вплив стресу. Вплив стресу на організм людини.

Психічна травма Травматичний досвід. Динаміка переживання травматичної ситуації. Посттравматичний стресовий розлад. Суїцидальна поведінка. Реакції горя. Психосоматичні реакції на стрес.

Тема 4. Види стресу

Вчення Г. Сельє про стрес, як загальний адаптаційний синдром. Стадії розвитку стресу, особливості функціонування організму на кожній з них. Значення досліджень Г. Сельє для сучасної психології стресу. Дослідження психофізіології стресу після Г.Сельє. Роль симпатичної і парасимпатичної системи в формуванні загального адаптаційного синдрому. Дослідження особливостей адаптаційного синдрому при різних видах стресу. Психофізіологічна модель стресу в сучасній науці.

Генетично-конституціональна теорія стресу. Модель схильності до стресу. Психодинамічна модель стресу. Міждисциплінарні, системні та інтегративні моделі стресу. Теорії конфліктів і їх взаємозв'язку зі стресом. Стрес, викликаний позитивними емоціями і "несильний стрес, мобілізуючий організм". Емоційні процеси, які супроводжують стрес, і ведуть до несприятливих змін в організмі. Психологічний стрес або - обумовлений соціальними факторами.

Тема 5. Стрес та стресові ситуації: динамічна складова

Загальні закономірності розвитку стресу. Класична динаміка розвитку стресу. Вплив характеристик стресора на рівень стресу (інтенсивність стресу, його тривалість і характеристики індивідуальної чутливості до стресу). Фактори, що впливають на розвиток стресу: вроджені особливості організму; батьківські сценарії; особистісні особливості, рівень тривожності; фактори соціального середовища; когнітивні фактори. Наслідки стресу: психосоматичні захворювання і посттравматичний синдром.

Змістовий модуль 2. **Особливості посттравматичних стресових розладів**

Тема 6. Посттравматичний стресовий розлад

Історія розвитку поняття посттравматичний стресовий розлад. Травматичний стрес і посттравматичний стресовий розлад. Психологічні моделі ПТСР. Етимологія поширення ПТСР. Індивідуальна вразливість і психологічні наслідки травми. Критерії ПТСР в МКБ-10. Критерії посттравматичного стресового розладу по DSM-IV. Діагностичні критерії гострої реакції на стрес по DSM-IV. Діагностика хронічної зміни особистості. Типи ПТСР за Волошиним. Типи травматичних ситуацій. ПТСР синдроми, групи його елементів. Гостра реакція на стрес. Фактори ризику та індивідуальна уразливість. Стадії відновлення після травм. Характеристики дисоціативних станів. Основні форми дисоціації. Дисоціативні зміни ідентичності.

Тема 7. Екстрена психологічна допомога

Основні особливості екстремальних ситуацій. Екстрена психологічна допомога при гострій реакції на стрес. Визначення екстреної психологічної допомоги. Організація психологічної допомоги на місці НС. Етапи екстреної психологічної допомоги. Етичні принципи фахівця-психолога при роботі в НС. Методи, надання екстреної психологічної допомоги. Процедура і мета дебрифінга. Частина та фази дебрифінга. Прояви нервово-психічні порушення при НС. Форми неврозів, що спостерігаються в екстремальних умовах. Періоди розвитку ситуації, в яких спостерігаються різні психогенні порушення. Класифікація чинників, що впливають на розвиток і компенсацію психічних розладів при надзвичайних ситуаціях. Методи психопрофілактики в реабілітаційній психології: психогігієна, психопрофілактика. Особливості написання психореабілітаційних програм, види роботи реабілітаційних психологів, системи психологічної реабілітації, діагностики психологічних факторів, рівні впровадження реабілітаційної психології. Загальні стратегії психотерапії ПТСР. Стадії терапевтичної роботи з людьми, що страждають на ПТСР. Психотерапевтичні методи при ПТСР.

Тема 8. Психологічні методи регуляції стресу

Общеоздоровліваюче методи зняття стресу. Традиційні методи нейтралізації стресу. Нові інформаційні методи нейтралізації стресу. Тактика боротьби зі стресом в залежності від часу його настання. Способи саморегуляції психологічного стану під час стресу: аутогенне тренування; дихальні техніки; м'язова релаксація; робота з власними думками і переконаннями (Аутораціональна терапія); дисоціація; візуалізація; умовно-рефлекторні техніки; прагматизація стресу; релігія як спосіб боротьби зі стресами. Нейтралізація стресу за допомогою психотерапії.

Тема 9. Регуляція стресу в освітньому середовищі

Усунення причин стресу шляхом вдосконалення поведінкових навичок учасників навчального процесу. Розгляд конфліктів всередині навчальних колективів, як джерела стресів. Удосконалення комунікативних навичок суб'єктів освітньої діяльності. Занижена самооцінка як джерело стресів. Формування впевненої поведінки. фрустрації як джерело стресів. Навчання навичкам ефективного цілепокладання. Постійний цейтнот як джерело стресу. Освоєння прийомів тайм-менеджменту, впровадження їх в просторі освіти.

Тема 10 . Психологічні методи регуляції в умовах педагогічного супровіду

Антистресовий стиль роботи педагогів в процесі супроводу учнів та студентів. Основні підходи до боротьби зі стресом. Загальна класифікація методів профілактики і корекції стресу в навчальній діяльності. Приклади методів усунення причин розвитку стресу - «об'єктна парадигма» (Режими праці і відпочинку, time-management, формування умов для «здорового способу життя »та ін.)« Суб'єктна парадигма »- пасивний і активний суб'єкт. Приклади методів безпосереднього впливу на стан суб'єкту навчання (фармакотерапія, культура харчування, рефлексотерапія, функціональна музика, сугестивні впливу).

5. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовий модуль 1. Основні поняття психології стресу												
Тема 1. Психологія стресу як навчальна дисципліна	10	2	2			6	8					8
Тема 2. Поняття стресу та стресостійкості	10	2	2			6	12	2	2			8
Тема 3. Стресові стани, їх механізми	10	2	2			6	8					8
Тема 4. Види стресу	8	2	2			6	8					8
Тема 5. Стрес та стресові ситуації: динамічна складова	8	2	2			6	10	2				8
Разом за змістовим модулем 1	46	10	10			30	46	4	2			40
Змістовий модуль 2. Особливості посттравматичних стресових розладів												
Тема 6. Посттравматичний стресовий розлад	8	2	2			6	8					8
Тема 7. Екстрена психологічна допомога	10	2	2			6	8					8
Тема 8. Психологічні методи регуляції стресу	8	2	2			6	12	2	2			8
Тема 9. Регуляція стресу в освітньому середовищі	10	2	2			6	8					8
Тема 10. Психологічні методи регуляції в умовах педагогічного супроводу	8	2	2			6	8					8
Разом за змістовим модулем 2	44	10	10			30	44	2	2			40
<i>Усього годин</i>	90	20	20			60	90	6	4			80

6. Теми семінарських занять (не передбачені навчальним планом)

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
...		

7. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологія стресу як навчальна дисципліна	2
2	Поняття стресу та стресостійкості	2
3	Стресові стани, їх механізми	2
4	Види стресу	2
5	Стрес та стресові ситуації: динамічна складова	2
6	Посттравматичний стресовий розлад	2
7	Екстрена психологічна допомога	2
8	Психологічні методи регуляції стресу	2
9	Регуляція стресу в освітньому середовищі	2
10	Психологічні методи регуляції в умовах педагогічного супроводу	2

8. Теми лабораторних занять *(не передбачені навчальним планом)*

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
...		

9. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологія стресу як навчальна дисципліна	6
2	Поняття стресу та стресостійкості	6
3	Стресові стани, їх механізми	6
4	Посттравматичний стресовий розлад	6
5	Екстрена психологічна допомога	6
6	Види стресу	6
7	Стрес та стресові ситуації: динамічна складова	6
8	Психологічні методи регуляції стресу	6
9	Регуляція стресу в освітньому середовищі	6
10	Психологічні методи регуляції в умовах педагогічного супроводу	6

10. Індивідуальні завдання

№ з/п	Назва теми
1	Психологія стресу як феномен пізнання
2	Особливості використання методів вивчення стресових станів
3	Поняття стресу та стресостійкості
4	Психологія стресу
5	Стресові стани, їх механізми
6	Вплив стресу на життя людини
7	Відстрочені реакції на травматичний стрес
8	Посттравматичний стресовий розлад
9	Теоретичні моделі ПТСР
10	Діагностичні критерії ПТСР
11	Посттравматичні стани та їх психологічна реабілітація
12	Дисоціація та ПТСР
13	Екстрена психологічна допомога
14	Організаційні аспекти надання екстреної психологічної допомоги в НС

15	Психологічний де брифінг
16	Психогенії в екстремальних ситуаціях
17	Переживання втрати
18	Особливості психологічної травми у дітей
19	Принципи складання реабілітаційних програм
20	Психотерапія ПТСР

11. Методи навчання

- МН1 – словесний метод (лекція, дискусія, співбесіда тощо);
МН2 – практичний метод (лабораторні та практичні заняття);
МН3 – наочний метод (метод ілюстрацій і метод демонстрацій);
МН4 – робота з навчально-методичною літературою (конспектування, тезування, анотування, рецензування, складання реферату);
МН6 – самостійна робота (розв'язання завдань);
МН7 – індивідуальна науково-дослідна робота.

12. Методи оцінювання

- МО2 – усне або письмове опитування;
МО4 – тестування;
МО5 – командні проєкти;
МО6 – реферати, есе;
МО7 – презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
МО8 – презентації та виступи на наукових заходах;
МО9 – захист лабораторних і практичних робіт;
МО10 – залік.

13. Засоби діагностики результатів навчання

- наскрізні проєкти;
- командні проєкти;
- аналітичні звіти, реферати, есе;
- презентації результатів виконаних завдань та досліджень.

14. Критерії оцінювання результатів навчання

Суми балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ЄКТС	Значення оцінки ЄКТС	Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
					екзамен	залік
90-100	A	відмінно	здобувач вищої освіти виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить і опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні здібності	Високий (творчий)	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	здобувач вищої освіти вільно володіє теоретичним матеріалом, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре	

74-81	C	добре	здобувач вищої освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, загалом самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, з-поміж яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок			
64-73	D	задовільно	здобувач вищої освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, за допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, з-поміж яких є значна кількість суттєвих	Середній (репродуктивний)	задовільно	зараховано
60-63	E	задовільно	здобувач вищої освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні			
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання семестрового контролю	здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно	не зараховано
1-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів			

Підсумкова (загальна) оцінка з навчальної дисципліни є сумою рейтингових оцінок (балів), одержаних за окремі оцінювані форми навчальної діяльності: поточне та підсумкове оцінювання рівня засвоєння теоретичного матеріалу під час аудиторних занять та самостійної роботи (модульний контроль); оцінка (бали) за практичну діяльність; оцінка за ІНДЗ та оцінка за екзамен.

15. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти

Поточне тестування та самостійна робота										Сума	
Змістовий модуль №1					Змістовий модуль № 2						ІНДЗ
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	20	100
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7		
Модульний контроль – 5					Модульний контроль – 5						

Розподіл балів за видами діяльності

№	Вид навчальної діяльності	Оціночні бали	Кількість балів
T1	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	7
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	

	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	
	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
Т2	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	7
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	
	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
Т3	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	7
	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	
Т4	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	7
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
Т5	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	7
	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	
	Виступ на практичному занятті	2	
Модульний контроль (тестування)		5	5
Т6	Виступ на практичному занятті	2	7
	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	

	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
Т7	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	7
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	
	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
Т8	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	7
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	
	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
Т9	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	7
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	
	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
Т10	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій	1	7
	Виступ на практичному занятті	2	
	Доповнення на семінарському занятті (за матеріалами додаткової літератури)	1	
	Участь у дискусії, обговоренні питань під час основного виступу	1	
	Самостійна робота (конспект підготовки до практичного заняття)	1	
	Виконання завдань самостійної роботи (підготовка презентацій, есе, рефератів тощо)	1	
	Модульний контроль (тестування)	5	5
	ІНДЗ (розробка командних проєктів, виконання науково-дослідних завдань)	20	20
	Разом	100	100

16. Методичне забезпечення

- навчально-методичні матеріали з курсу;
- тестові завдання;
- практикум для проведення семінарських та практичних занять;

- підручники, навчальні посібники з курсу;
- демонстраційні матеріали (стимульні).

17. Питання для підготовки до підсумкового контролю

1. Психологія стресу як феномен пізнання
2. Особливості використання методів вивчення стресових станів
3. Поняття стресу та стресостійкості
4. Психологія стресу
5. Стресові стани, їх механізми
6. Вплив стресу на життя людини
7. Відстрочені реакції на травматичний стрес
8. Проблема стресу в біології та медицині.
9. Класична концепція стресу Г. Сельє і її розвиток.
10. Гормональні та фізіологічні прояви стресу.
11. Еволюційна структура психіки людини і стрес.
12. Особливості психологічного стресу.
13. Поведінкові ознаки стресу.
14. Інтелектуальні ознаки стресу.
15. Емоційні ознаки стресу.
16. Підходи до прогнозування стресу і оцінки стресостійкості людини.
17. Загальні закономірності розвитку стресу. Вплив характеристик стресора на рівень стресу.
18. Фактори, що впливають на розвиток стресу.
19. Каузальна класифікація стресорів та шляхи подолання стресорів різного типу.
20. Загальні закономірності професійних стресів.
21. Здоровий спосіб життя і його вплив на стрес. Фізична активність - важливий фактор нормалізації стресу.
22. Тактика боротьби зі стресом в залежності від часу його настання.
23. Загальний огляд способів саморегуляції психологічного стану під час стресу.
24. Аутогенне тренування як метод оптимізації рівня стресу.
25. Дихальні техніки як метод оптимізації рівня стресу.
26. М'язова релаксація як метод оптимізації рівня стресу.
27. Нейтралізація стресу за допомогою психотерапії. Види психотерапії, що застосовуються для зменшення рівня стресу.
28. Усунення причин стресу шляхом вдосконалення поведінкових навичок.
29. Конфлікти як джерело стресів. Удосконалення комунікативних навичок.
30. Занижена самооцінка як джерело стресів. Формування впевненої поведінки.
31. Фрустрації як джерело стресів. Ефективне цілепокладання.
32. Постійний цейтнот як джерело стресу. Тайм менеджмент.
33. Діяльність психолога з діагностики та профілактики стресу в організації.
34. Посттравматичний стресовий розлад
35. Теоретичні моделі ПТСР
36. Діагностичні критерії ПТСР
37. Посттравматичні стани та їх психологічна реабілітація
38. Дисоціація та ПТСР
39. Екстрена психологічна допомога
40. Організаційні аспекти надання екстреної психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях
41. Психологічний де брифінг
42. Психогенії в екстремальних ситуаціях
43. Переживання втрати
44. Особливості психологічної травми у дітей
45. Принципи складання реабілітаційних програм
46. Психотерапія ПТСР

18. Рекомендована література (основна, допоміжна)

Основна:

1. Андрющенко А.В. Посттравматическое стрессовое расстройство при ситуациях утраты объекта экстраординарной значимости // Психиатрия и психофармакотерапия, 2000. № 4. Т. 2.
2. Алексеева Л.С. (ред.) Психологическая помощь пострадавшим от семейного насилия: Научно-методическое пособие / – М.: ГосНИИ семьи и воспитания, 2000.
3. Бадхен А.А. (ред.). Методическое пособие по работе с посттравматическим стрессовым расстройством. Михайлова Т.И., Певзнер М.М. (сост.). СПб., ин-т ГАРМОНИЯ, 2001.
4. Пушкарев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. Изд. Института психотерапии, М., 2000.
5. Селье Г. Психофизиология стресса. М., 1991.
6. Селье Г. Стресс без дистресса. – М., Прогресс, 1979.
7. Синягина Н.Ю., Пазекова Г.Е., Пискунова Е.Ю. Психологическая реабилитация детей и подростков, подвергшихся насилию. М., Вузовская книга, 2001.
8. Соловьева С.Л. Психология экстремальных состояний. СПб., ЭЛБИ, 2003.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб., Питер, 2001.
10. Хейли Дж. Необычайная психотерапия. Психотерапевтические техники Милтона Эриксона. СПб., 1995.
11. Черепанова Е.М., Психологический стресс. М., Академия, 1996.

Допоміжна:

1. Александровский Ю. А. Пограничные психические расстройства. – М.: Медицина, 1993. – 399 с.
2. Волошин В.М. Клиническая типология посттравматических стрессовых расстройств и вопросы дифференцированной психофармакотерапии // Психиатрия и психофармакотерапия, 2001, № 4. Т. 3.
3. Догадана М. А., Пережогин Л. О. Выявление, профилактика, реабилитация потерпевших. М.: Сам себе адвокат, 2000.
4. Дональд К. Внутренний мир травмы. Екатеринбург, «Деловая книга», 2000.
5. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. СПб., Речь, 2003.
6. Ильина СВ. Влияние пережитого в детстве насилия на возникновение личностных расстройств // Вопросы психологии. 1998. № 6. С. 65-74.
7. Калмыкова Е.С., Е. А. Миско, Тарабрина Н. В. Особенности психотерапии посттравматического стресса // Психологический журнал, 2001. Т. 22, № 4, с. 70-80.
8. Конторович В. А., Анцупова Г. Л. Психологический дебрифинг как одна из форм помощи вскоре после участия в кризисной ситуации // Особенности проявления посттравматического стрессового расстройства у военнослужащих – участников боевых действий и членов их семей. Стратегия психологической помощи. Ростов-на-Дону, 2001.
9. Крюкова М.А., Никитина Т.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь: Практическое пособие. М., Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.
10. Марищук В., Евдокимов В. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. – СПб.: Сентябрь, 2001.
11. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями. М., Смысл, 2002.
12. Минигалиева М.Р. Психологическая помощь первичным жертвам катастроф и террористических актов // Психология зрелости и старения, № 4 (16), зима, 2001.
13. Михайлова Н. Ф. Повседневный стресс в семьях здоровых и больных неврозами// Материалы конгресса по детской психиатрии. М., 25-28 сентября 2001. С. 42-43.
14. Пергаменщик Л.А., Гончарова С.С, Яковчук М.И. Преодоление психологических

травм. – Мн.: НИО, 1999

15. Перри Г., Как справиться с кризисом. М., Педагогика-пресс, 1995.

16. Попов Ю. В., Вид В. Д. Современная клиническая психиатрия. СПб., Речь, 2000.

17. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / Сост. А. Е. Тарас, К. В. Сельченко. Минск, Харвест, 1999.

18. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб., Речь, 2004.

19. Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. СПб. –М., Сова – Эксмо, 2003.

20. Филатов Ф.Р. Основы психологической помощи детям – жертвам экстремальных ситуаций // Работник социальной службы. 2000, № 3, с. 87-92.

21. Юрьева Л.Н. История, культура, психические и поведенческие расстройства. М., Сфера, 2002.

19. Інформаційні (інтернет) ресурси

– <http://hoshovskyi.blogspot.com/2013/06/blog-post.html>

– <http://bukvar.su>

– <http://textbooks.net.ua/content/view/5582/47/>

– <http://www.nbu.gov.ua/>

– <https://www.library.gov.ua/>

– <http://www.lib.rv.ua/>

Робоча програма _____

(назва навчальної дисципліни)

Перезатверджена без змін та доповнень (зі змінами та доповненнями) на 202__ -
202__ навчальний рік на засіданні кафедри _____

Розділ робочої програми навчальної дисципліни	Зміни і доповнення

Протокол від “_____” _____ 20__ року № _____
Завідувач кафедри _____ (_____)
(підпис) (прізвище та ініціали)

Робочу програму схвалено навчально-методичною комісією факультету
Протокол від “_____” _____ 20__ року № _____
Голова навчально-методичної комісії _____ (_____)
(підпис) (прізвище та ініціали)