

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 25.06.2025 15:54:38

Уникальный программный ключ:

a562210a8a161d1bc9a34c4a0a3e820ac761b9d73665849e6d6d12e5b4c71d6e9

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО БГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ)

Кафедра внутренних болезней и клинической психологии



УТВЕРЖДАЮ

Ректор по учебной работе

/В.Е. Изосимова

27» _____ 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
СТРЕСС И СОМАТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Уровень образования

Высшее – *Специалитет*

Специальность

37.05.01 Клиническая психология

Квалификация

Клинический психолог

Форма обучения

Очная

Год начала подготовки: 2025

Уфа-2025

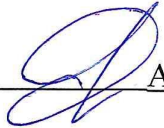
При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

1) ФГОС ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 мая 2020 г., № 683, с изменениями, внесёнными приказами Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г., № 1456;; от 19 июля 2022 г., № 662; от 27 февраля 2023 г., № 208

2) Профессиональный стандарт «Психолог в социальной сфере», утверждённый приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 ноября 2013 г. № 682н; Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утверждённый приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н

3) Учебный план по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от «29» 04 2025 г., протокол № 4

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры Внутренних болезней и клинической психологии «18» марта 2025 г., протокол № 9.

Заведующий кафедрой  А.В.Тюрин

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена УМС Центра инновационных образовательных программ «26» марта 2025 г., протокол № 7.

Председатель УМС

Центра инновационных образовательных программ  /Т.Н. Титова

Разработчик:

Петрова Чулпан Азифовна, кандидат фармацевтических наук, доцент кафедры внутренних болезней и клинической психологии

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ:

1. Пояснительная записка
- 1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы
- 1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций
2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины
- 2.1. Типы задач профессиональной деятельности
- 2.2. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине
3. Содержание рабочей программы
- 3.1. Объем учебной дисциплины (модуля) и виды учебной работы
- 3.2. Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины
- 3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля
- 3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам учебной дисциплины (модуля)
- 3.5. Название тем практических занятий и количество часов по семестрам учебной дисциплины (модуля)
- 3.6. Лабораторный практикум
- 3.7. Самостоятельная работа обучающегося
4. Оценочные материалы для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины (модуля)
- 4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.
- 4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине (модуля), соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины (модуля)
- 5.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины (модуля)
- 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля)
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля)
- 6.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля)
- 6.2. Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы
- 6.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

1. Пояснительная записка

1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Стресс и соматические заболевания» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на 4 курсе в 8 семестре.

Цель дисциплины – формирование у студентов основы знаний о предмете, объекте, методах психологии стресса, понятие нервно-психических расстройств и их формирования в условиях острого и продолжительного стресса, современных коррекционных мероприятиях.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по учебной дисциплине (модулю)
ОПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога	ОПК - 6.1. Знает основные понятия, цели, структуру и методологию процесса психологического консультирования, его отличие от психотерапии; этические аспекты психологического консультирования.	Знать основные понятия, цели и структуру процесса психологического консультирования, его отличие от психотерапии; этические аспекты психологического консультирования.

	ОПК -6.2. Умеет самостоятельно анализировать, подбирать и использовать методы оказания психологической помощи, проводить психологическое консультирование с учетом нозологической, возрастной, социокультурной специфики клиента (пациента), лицам, находящимся в кризисных и других неблагоприятных ситуациях и состояниях;	Уметь подбирать и использовать методы оказания психологической помощи, проводить психологическое консультирование с учетом нозологической, возрастной, социокультурной специфики клиента (пациента), лицам, находящимся в кризисных и других неблагоприятных ситуациях и состояниях;
	ОПК -6.3. Владеет основными методами и техниками психологического консультирования с учетом нозологической, возрастной специфики, социокультурной специфики клиента (пациента), его индивидуально-психологических особенностей и психического состояния клиента;	Владеть основными методами и техниками психологического консультирования с учетом нозологической, возрастной специфики, социокультурной специфики клиента (пациента), его индивидуально-психологических особенностей и психического состояния клиента;
ПК-10 Готовность формировать установки, направленные на здоровый образ жизни, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, популяризировать психологические знания	ПК-10.1 Знает задачи, принципы, формы и методы психологического просвещения.	Знать задачи, формы и методы психологического просвещения
	ПК-10.2 Умеет проводить санитарно-просветительную работу по профилактике психических расстройств; оказывать консультативно-методическую помощь	Уметь осуществлять профилактику (медицинской, образовательной, психосоциальной); - организации условий для проведения профилактической работы;
	ПК-10.3 Владеет основными моделями профилактики (медицинской, образовательной, психосоциальной) организации условий для проведения профилактической работы;	Владеть навыками проведения санитарно-просветительной работы по профилактике психических расстройств; - оказания консультативно-методической помощи врачам

2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

2.1. Типы задач профессиональной деятельности

Задачи профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания учебной дисциплины:

- педагогическая;
- консультативная и психотерапевтическая.

2.2. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и индекса трудовой функции

Изучение учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций: ОПК-6, ПК-10

п/№	Номер/ индекс компетенции (или его части) и ее содержание	Номер индикатора компетенции (или его части) и его содержание	Индекс трудовой функции и ее содержание	Перечень практических навыков по овладению компетенцией	Оценочные средства
1	2	3	4	5	6
1.	ОПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога	ОПК - 6.1. Знает основные понятия, цели, структуру и методологию процесса психологического консультирования, его отличие от психотерапии; этические аспекты психологического консультирования. ОПК -6.2. Умеет самостоятельно анализировать, подбирать и использовать методы оказания психологической помощи, проводить психологическое консультирование с учетом нозологической, возрастной, социокультурной специфики клиента (пациента), лицам, находящимся в кризисных и других неблагоприятных ситуациях и состояниях;	01.002 А/03.7 Психологическое консультирование субъектов образовательного процесса В/03.7 Психологическое консультирование лиц с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации	Владение методиками индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач.	Тесты

		ОПК -6.3. Владеет основными методами и техниками психологического консультирования с учетом нозологической, возрастной специфики, социокультурной специфики клиента (пациента), его индивидуально-психологических особенностей и психического состояния клиента;			
2.	ПК-10 Готовность формировать установки, направленные на здоровый образ жизни, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, популяризировать психологические знания.	ПК-10.1 Знает задачи, принципы, формы и методы психологического просвещения. ПК-10.2 Умеет проводить санитарно-просветительную работу по профилактике психических расстройств; оказывать консультативно-методическую помощь ПК-10.3 Владеет основными моделями профилактики (медицинской, образовательной, психосоциальной) организации условий для проведения профилактической работы;	А/07.7 Психопрофилактика (профессиональная деятельность, направленная на сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся в процессе обучения и воспитания в образовательных организациях)	Применять организационные, правовые и этические принципы работы психолога в консультировании; -Осуществлять психологическое консультирование в рамках основных направлений классических и современных теорий; -Осуществлять психотерапевтический процесс и проводить оценку его эффективности;	Тесты

3. Содержание рабочей программы

3.1 Объем учебной дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестр
		8
		часов

1	2	3
Контактная работа (всего), в том числе:	36	36
Лекции (Л)	12	12
Практические занятия (ПЗ), *	24	24
Семинары (С)	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-
Самостоятельная работа обучающегося, в том числе:	36	36
Подготовка к практическому занятию	12	12
Конспектирование текста	12	12
Подготовка к промежуточной аттестации	12	12
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3
	экзамен (Э)	-
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	72
	ЗЕТ	2

* - в том числе практическая подготовка

3.2. Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины

№ п/п	Индекс компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела (темы разделов)
1	2	3	4
1.	ОПК-6 ПК-10	Предрасполагающие факторы стресса	Понятие депривации, кризиса и психической травмы, эксперименты Дж. Боулби, классификация деприваций, психические состояния в условиях сенсорной депривации, фактор заключения и одиночества, «зимовочный синдром», депривационный опыт, стадии кризиса, характеристика личности в кризисе, классификация кризисов, кризис лишения, реакции детей на психическую травму, психогенные нервнопсихические заболевания.
2.	ОПК-6 ПК-10	Теоретические подходы к понятию стресс	Общий адаптационный синдром по Г. Селье, реакции на воздействие стрессоров, симптомы стресса на психологическом уровне, модель и компоненты стресса, формы реагирования на стрессовую ситуацию, психотравмирующие последствия, модели взаимодействия в стрессовой ситуации, этапы поведения 4 человека, способы смягчения ситуации, отношение к себе как жертве, ценности и как к ряду других людей; стратегии копинг-поведения, оценка степени сопротивляемости стрессу по Рейху
3.	ОПК-6 ПК-10	Формы протекания стресса	Понятие фрустрация, конфликт, классификация фрустрации, стадии фрустрационного поведения, факторы, влияющие на поведение во время фрустрации, виды фрустрационного поведения, реакции на фрустрацию, классификация конфликтов, мотивационные конфликты, типы конфликтных личностей, развитие конфликта,

			стратегии поведения в конфликтной ситуации, методы разрешения конфликтов.
4.	ОПК-6 ПК-10	Соматоформные расстройства Часть 1	Ипохондрическое расстройство. Понятие дисморфобии, ипохондрического невроза, нозофобии. Психология боли. Соматоформное болевое расстройство. Психалгия.
5.	ОПК-6 ПК-10	Соматоформные расстройства Часть 2	Соматоформные дисфункции вегетативной нервной системы. Кардиальный невроз. Синдром да Косты. Гастроневроз. Нейроциркуляторная астения. Синдром раздраженного кишечника. Понятие психогенной дисменореи, «глобус истерикус», зуд, кривошея.
6.	ОПК-6 ПК-10	Закономерности проявления профессиональных стрессов	Организационные источники стресса. Структура организаций и организационных взаимодействий. Внутриорганизационные связи и их эффективность, характер взаимодействий с начальством, коллегами, подчиненными. Психологический климат в организации, в рабочей группе. Рабочие места и мобильность персонала. Семейные отношения и их соответствие потребностям организации. Социальная значимость, престиж профессии и соответствие внутренним запросам личности. Новые информационные технологии и источники стресса. Изменения в организационных структурах при внедрении информационных технологий. Перераспределение функциональных обязанностей. Изменение характера информационных нагрузок. Деперсонализация внутрипрофессиональных контактов, телекоммуникации. Проблема свободного распределения времени. Профессиональная вовлеченность
7.	ОПК-6 ПК-10	Длительное переживание стресса и формы личностной дезадаптации.	Неадекватные формы реагирования в стрессогенных ситуациях. Временная динамика и индивидуальные особенности в процессе неадекватного реагирования на стрессогенную ситуацию. Стресс и экстремальные состояния. Понятия экстремальные условия и экстремальность, понятия стресса и стрессора. Абсолютная и относительная экстремальность. Стресс-факторы абсолютного характера (стрессы среды обитания). Опосредующие факторы развития экстремальных состояний (новизна, интенсивность, потенциальная угроза, субъективная значимость, сложность поведенческих задач). Понятия физиологического и психологического стресса (Р.Лазарус), различия в механизмах возникновения. Концепция адекватности реагирования на экстремальное воздействия, состояния адекватной мобилизации и динамического рассогласования (В.И.Медведев). Структурно-системное описание стрессовых состояний, субсиндромы стресса (М.Франкенхойзер, Л.А.Китаев-Смык).
8.	ОПК-6 ПК-10	Эмоциональный стресс и механизмы его развития	Эмоции человека как фактор регуляции поведения. Виды эмоций: альтруистические, коммуникативные, самоутверждения, практические, борьбы, самоутверждения,

			гностические, эстетические, гедонические, приобретения. Системная организация эмоций и ее роль в поведении человека. Подходы П.К. Анохина, П.В.Симонова, К.В. Судакова, Е.А.Юматова о природе эмоций. Понятие психологического (эмоционального) стресса. Последовательные стадии стресса: тревоги; резистентности; истощения. Представления об эмоциональном стрессе У.Кенна и К.Леви. Двойственная природа эмоционального стресса: адаптационное и патогенное значение.
9.	ОПК-6 ПК-10	Основные подходы к нейтрализации стресса	Методология оценки и коррекции стрессовых состояний. Современные технологии управления стрессами (стресс-менеджмент) - от диагностики к интегральной оценке и коррекции. Трехуровневая модель интегральной оценки стресса. Реализация в форме экспертно-диагностических систем. Индивидуальный профиль стресса и подбор адекватных коррекционнопрофилактических средств. Прикладная реализация комплексной методологии стрессменеджмента. Объективные методы оценки состояния, физиологические маркеры. Субъективные методы диагностики функционального состояния. Методы оценки адаптивного потенциала и стрессоустойчивости. Методы изучения поведенческой, интеллектуальной, эмоциональной составляющей стресса.
10.	ОПК-6 ПК-10	Управление стрессом. Стресс-менеджмент	Профилактика и коррекция стрессовых расстройств. Основные подходы к борьбе со стрессом: объектная и субъектная парадигмы. Общая классификация методов профилактики и коррекции стресса. Биологическая модель стресса и методы коррекции (медикаментозная терапия, релаксация, медитация, аутогенная тренировка). Бихевиоральная модель: систематическая десенсибилизация; моделирование ситуации и проигрывание ее с терапевтом. Когнитивная модель: рационально-эмотивная психотерапия А. Бэк; обучение сопротивлению стрессу ("тренинг самоинструкций") Д. Мейхенбаум.
11.	ОПК-6 ПК-10	Копинг - стратегии преодоления стресса	Роль когнитивной оценки угрозы (Р. Лазарус) и стратегий совладания в ситуации стресса. Представление о копинге как адаптивном поведении. Понятие о копинге. Теория совладания личности с трудными жизненными ситуациями Р. Лазарус, Финеман А. Маслоу, М. Перрец. Стратегии преодоления стрессовых ситуаций: когнитивная, поведенческая, эмоциональная. Глобальные типы стиля реагирования в копинге: проблемно-ориентированный стиль, субъектноориентированный стиль. Классификация типов совладающего поведения (Р. Лазарус, С. Фолкман, Г. Хаан, С. Холахан). Представление об адекватном/неадекватном, эффективном/неэффективном копингах. Эмоциональный/проблемный:

			эмоциональнофокусированный, проблемно-фокусированный. Когнитивный/поведенческий: «скрытый» внутренний копинг, «открытый» поведенческий копинг. Успешный/неуспешный копинг. Различие между психологическими защитами и копинг-стратегиями.
12.	ОПК-6 ПК-10	Поведенческие проявления стресса и критерии его оценки	Формы проявления стресса: поведенческие реакции при стрессе, интеллектуальные процессы при стрессе, физиологические процессы, эмоциональные проявления стресса. Изменение поведенческих реакций при стрессе: Нарушения режима, Профессиональные нарушения, Нарушения социально-ролевых функций. Понятия «эмоциональный стресс» и «эмоциональная напряженность», виды эмоциональной напряженности: импульсивная, тормозная, генерализованная. Изменение когнитивных процессов при стрессе: свойств интеллекта, памяти и внимания. Изменение физиологических процессов при стрессе: пищеварительной, сердечно-сосудистой и дыхательной системах организма. Эмоциональные проявления стресса: эмоциональные реакции раздражительности, гнева, агрессии, аффективных состояний. Отрицательные эмоциональные состояния (страх, тревога, пессимизм, негативизм, повышенная агрессивность) как следствия и предпосылки развития стрессов. Оценка уровня стресса: объективные признаки уровня стресса, субъективные признаки уровня стресса. Интроспекция (самомониторинг внутреннего состояния при стрессе). Структурный анализ стресса. Прогноз уровня стресса

3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛР	ПЗ*, ПП	СР	всего	
1	2	3	2	5	4	5	6	9
1.	8	Предрасполагающие факторы стресса	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
2.	8	Теоретические подходы к понятию стресс	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания

3.	8	Формы протекания стресса	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
4.	8	Соматоформные расстройства Часть 1	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
5.	8	Соматоформные расстройства Часть 2	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
6.	8	Закономерности проявления профессиональных стрессов	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
7.	8	Длительное переживание стресса и формы личностной дезадаптации.	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
8.	8	Эмоциональный стресс и механизмы его развития	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
9.	8	Основные подходы к нейтрализации стресса	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
10.	8	Управление стрессом. Стресс-менеджмент	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
11.	8	Копинг - стратегии преодоления стресса	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
12.	8	Поведенческие проявления стресса и критерии его оценки	1	-	2	3	6	Устный опрос, тестовые задания
ИТОГО:			12	-	24	36	72	

*Примечание: в том числе практическая подготовка (ПП)

3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля).

№п/п	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Семестр
		8
1	2	3

1.	Предрасполагающие факторы стресса	1
2.	Теоретические подходы к понятию стресс	1
3.	Формы протекания стресса	1
4.	Соматоформные расстройства Часть 1	1
5.	Соматоформные расстройства Часть 2	1
6.	Закономерности проявления профессиональных стрессов	1
7.	Длительное переживание стресса и формы личностной дезадаптации.	1
8.	Эмоциональный стресс и механизмы его развития	1
9.	Основные подходы к нейтрализации стресса	1
10.	Управление стрессом. Стресс-менеджмент	1
11.	Копинг - стратегии преодоления стресса	1
12.	Поведенческие проявления стресса и критерии его оценки	1
ИТОГО:		12

3.5. Название тем практических занятий в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля).

№ п/п	Название тем практических занятий учебной дисциплины (модуля)	Семестр
		8
1	2	3
1	Предрасполагающие факторы стресса	2
2	Теоретические подходы к понятию стресс	2
3	Формы протекания стресса	2
4	Соматоформные расстройства Часть 1	2
5	Соматоформные расстройства Часть 2	2
6	Закономерности проявления профессиональных стрессов	2
7	Длительное переживание стресса и формы личностной дезадаптации.	2
8	Эмоциональный стресс и механизмы его развития	2
9	Основные подходы к нейтрализации стресса	2
10	Управление стрессом. Стресс-менеджмент	2
11	Копинг - стратегии преодоления стресса	2
12	Поведенческие проявления стресса и критерии его оценки	2
Итого		24

1.6. Лабораторный практикум

Не предусмотрен учебным планом дисциплины.

3.7. Самостоятельная работа обучающегося

3.7.1. Виды СР (АУДИТОРНАЯ РАБОТА)

№ п/п	№ семест ра	Тема СР	Виды СР	Всего часов
1	2	3	4	5
1.	8	Предрасполагающие факторы стресса	Реф. ПЗ ПТК	1 1 1
2.		Теоретические подходы к понятию стресс	Реф. ПЗ ПТК	1 1 1
3.		Формы протекания стресса	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
4.		Соматоформные расстройства Часть 1	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
5.		Соматоформные расстройства Часть 2	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
6.		Закономерности проявления профессиональных стрессов	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
7.		Длительное переживание стресса и формы личностной дезадаптации.	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
8.		Эмоциональный стресс и механизмы его развития.	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
9.		Основные подходы к нейтрализации стресса	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
10.		Управление стрессом. Стресс-менеджмент	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
11.		Копинг - стратегии преодоления стресса	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
12.		Поведенческие проявления стресса и критерии его оценки	ПЗ ПТК ППК	1 1 1
ИТОГО часов в семестре:				36

3.7.2. Виды СР (ВНЕАУДИТОРНАЯ РАБОТА)

№	№	Тема СР	Виды СР	Всего
---	---	---------	---------	-------

п/п	семестра		- подготовка к практическим занятиям; - подготовка к лекциям; - выполнение практических заданий (решение задач, разбор ситуации) - выполнение внеаудиторной контрольной работы; - конспектирование источников; - аннотирование, рецензирование текста; - работа с электронными ресурсами; - чтение учебной литературы, текстов лекций; - подготовка ко всем видам промежуточной аттестации (зачетам, экзаменам, в том числе итоговым аттестационным испытаниям); - подготовка отчетов о прохождении практик; - подготовка и написание рефератов, курсовых работ, выпускной квалификационной работы; - подготовка к участию в научно-практических конференциях; - оформление мультимедийных презентаций учебных разделов; - иные формы.	часов
1	2	3	4	5
1.				
2.				
ИТОГО часов в семестре:				

Внеаудиторная работа не предусмотрена

3.7.3. Примерная тематика контрольных вопросов

Семестр № 8

1. Классическая концепция стресса Г. Селье.
2. Понятие психологического стресса и его проявления.
3. Дифференцировка стресса и других состояний.
4. Основные понятия: стресс, стрессоры, стрессоустойчивость.
5. Стрессовая симптоматика по Н. Водопьяновой
6. Стресс как процесс адаптации к окружающей среде.
7. Способы оценки уровня стресса и адаптивных возможностях личности.
8. Формы проявления стресса: физиологические, поведенческие, эмоциональные, психологические и другие
9. Факторы, влияющие на развитие стресса:
10. Фазы развития стресса: тревоги, резистентности, истощения.
11. Социокультурные предпосылки создания и распространения концепции стресса.
12. Современные теории и модели стресса профессиональных стрессов и их последствия
13. Формы проявления стресса
14. Изменение поведенческих реакций при стрессе
15. Изменение физиологических процессов при стрессе
16. Эмоциональные проявления стресса
17. Объективные и субъективные методы оценки уровня стресса
18. Прогноз уровня стресса
19. Классическая динамика развития стресса
20. Влияние характеристик стрессора на уровень стресса
21. Развитие психологического стресса
22. Факторы, влияющие на развитие стресса: личностные особенности, факторы социальной среды,

когнитивные факторы

23. Системная организация эмоций и ее роль в регуляции поведения человека.

24. Эмоциональный стресс: общая характеристика.

25. Экспериментальное изучение эмоционального стресса

26. Профессиональный стресс и его виды

27. Проявления профессионального стресса: информационный, эмоциональный и коммуникативный стресс по Самоукиной Н.В.

28. Источники профессионального стресса по А. Щербатых.

29. Феномены профессиональных стрессов: учебный, спортивный, медицинских работников, руководителя, психического выгорания и профессиональной деформации.

30. Способы и приемы нейтрализации стресса

31. Способы нейтрализации стресса: аутогенная тренировка; различные методы релаксации; системы биологической обратной связи; дыхательная гимнастика; включение в жизнь человека положительных эмоций; музыка; физические упражнения; психотерапия; физиотерапевтические меры

4. Оценочные материалы для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины (модуля)

4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и формулировка компетенции

ОПК-6. Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога

ПК-10 Готовность формировать установки, направленные на здоровый образ жизни, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей, гуманистическое взаимодействие с окружающим миром, популяризировать психологические знания.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения	
		2 («Зачтено»)	3 («Незачтено»)
ОПК - 6.1. Знает основные понятия, цели, структуру и методологию процесса психологического консультирования, его отличие от психотерапии; этические аспекты психологического консультирования.	Знать основные понятия, цели и структуру процесса психологического консультирования, его отличие от психотерапии; этические аспекты психологического консультирования.	выставляется обучающемуся, если он владеет основным материалом дисциплины.	выставляется обучающемуся, который не освоил образовательную программу дисциплины в требуемом объеме. В случае получения обучающимся «не зачтено», он обязан пересдать зачет до начала экзаменационной сессии.

ОПК -6.2. Умеет самостоятельно анализировать, подбирать и использовать методы оказания психологической помощи, проводить психологическое консультирование с учетом нозологической, возрастной, социокультурной специфики клиента (пациента), лицам, находящимся в кризисных и других неблагоприятных ситуациях и состояниях;	Уметь подбирать и использовать методы оказания психологической помощи, проводить психологическое консультирование с учетом нозологической, возрастной, социокультурной специфики клиента (пациента), лицам, находящимся в кризисных и других неблагоприятных ситуациях и состояниях;		
ОПК -6.3. Владеет основными методами и техниками психологического консультирования с учетом нозологической, возрастной специфики, социокультурной специфики клиента (пациента), его индивидуально-психологических особенностей и психического состояния клиента;	Владеть основными методами и техниками психологического консультирования с учетом нозологической, возрастной специфики, социокультурной специфики клиента (пациента), его индивидуально-психологических особенностей и психического состояния клиента;		
ПК-10.1 Знает задачи, принципы, формы и методы психологического просвещения.	Знать задачи, формы и методы психологического просвещения	выставляется обучающемуся, если он владеет основным материалом дисциплины.	выставляется обучающемуся, который не освоил образовательную программу дисциплины в требуемом объеме. В случае получения обучающимся «не зачтено», он обязан пересдать зачет до начала экзаменационной сессии.
ПК-10.2 Умеет проводить санитарно-просветительную работу по профилактике психических расстройств; оказывать консультативно-методическую помощь	Уметь осуществлять профилактику (медицинской, образовательной, психосоциальной); - организации условий для проведения профилактической работы;		
ПК-10.3 Владеет основными моделями профилактики (медицинской, образовательной, психосоциальной) организации условий для проведения профилактической работы;	Владеть навыками проведения санитарно-просветительной работы по профилактике психических расстройств; - оказания консультативно-методической помощи врачам		

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства
ОПК - 6.1. Знает основные понятия, цели, структуру и методологию процесса психологического консультирования, его отличие от психотерапии; этические аспекты психологического консультирования.	Знать основные понятия, цели и структуру процесса психологического консультирования, его отличие от психотерапии; этические аспекты психологического консультирования.	<i>Тестовые задания</i> Необходимость критического отношения к заимствованию и использованию диагностического инструментария, разработанного применительно к другому социокультурному контексту, составляет сущность следующего этического принципа: А) принцип не нанесения ущерба; Б) принцип эффективности рекомендаций; В) принцип адекватности Г) принцип научной обоснованности
ОПК -6.2. Умеет самостоятельно анализировать, подбирать и использовать методы оказания психологической помощи, проводить психологическое консультирование с учетом нозологической, возрастной, социокультурной специфики клиента (пациента), лицам, находящимся в кризисных и других неблагоприятных ситуациях и состояниях;	Уметь подбирать и использовать методы оказания психологической помощи, проводить психологическое консультирование с учетом нозологической, возрастной, социокультурной специфики клиента (пациента), лицам, находящимся в кризисных и других неблагоприятных ситуациях и состояниях;	<i>Тестовые задания</i> Задачи гештальт-консультирования 1) активно поддерживать клиента, сочувствовать ему, способствовать глубокому проживанию эмоций, помогать в полном их описании и решении проблем; 2) выявлять так называемые автоматические мысли, изменять их на рациональные, более адаптивные; 3) определять факторы, поддерживающие дисфункциональное поведение, обучать новым навыкам (адаптивного) поведения; 4) создать атмосферу, которая способствует развитию творческой силе клиента, его движению по самоактуализации;
ОПК -6.3. Владеет основными методами и техниками психологического консультирования с учетом нозологической, возрастной специфики, социокультурной специфики клиента (пациента), его индивидуально-психологических особенностей и психического состояния клиента;	Владеть основными методами и техниками психологического консультирования с учетом нозологической, возрастной специфики, социокультурной специфики клиента (пациента), его индивидуально-психологических особенностей и психического состояния клиента;	<i>Тестовые задания</i> Врач психотерапевт не проходит регулярное повышение квалификации. Какой этический принцип психотерапевтического консультирования нарушен? 1) запрет на «двойные отношения» с клиентом; 2) запрет на использование грубых техник; 3) конфиденциальность; 4) не нанесение ущерба; 5) нет нарушения, мама-самый близкий ему человек; 6) ответственность
ПК-10.1 Знает задачи, принципы, формы и методы психологического	Знать задачи, формы и методы психологического просвещения	<i>Тестовые задания</i> Профилактика первичная – это А) комплекс медицинских

просвещения.		мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний Б) комплекс немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний В) комплекс медицинских и немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний
ПК-10.2 Умеет проводить санитарно-просветительную работу по профилактике психических расстройств; оказывать консультативно-методическую помощь	Уметь осуществлять профилактику (медицинской, образовательной, психосоциальной); - организации условий для проведения профилактической работы;	<i>Тестовые задания</i> Целями психологического консультирования являются все, кроме: а) обеспечение материального благополучия клиента б) способствовать изменению поведения в) развивать навыки преодоления трудностей г) научиться принимать жизненно важные решения д) развивать умение завязывать и поддерживать межличностные отношения е) облегчить реализацию и повышение потенциала личности
ПК-10.3 Владеет основными моделями профилактики (медицинской, образовательной, психосоциальной) организации условий для проведения профилактической работы;	Владеть навыками проведения санитарно-просветительной работы по профилактике психических расстройств; - оказания консультативно-методической помощи врачам	<i>Тестовые задания</i> Наиболее типичной задачей психологического консультирования является: А) разъяснение человеку его психологических трудностей и активизация его внутренних ресурсов Б) Предложение человеку готовых схем действий В) Прогнозирование изменений личности в ближайшем будущем

5. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины (модуля)

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины (модуля)

Основная литература

1. Клиническая психология : учебное пособие / составитель Л. М. Лучшева. — Новокузнецк : НФИ КемГУ, 2020. — 112 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/169601> (дата обращения: 15.04.2022).
2. Плотникова, М. Ю. Психология стресса : учебное пособие / М. Ю. Плотникова. — Чита : ЗабГУ, 2020. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL:

<https://e.lanbook.com/book/173654> (дата обращения: 20.04.2022).

3. Мандель, Б. Р. Психология стресса : учебное пособие / Б. Р. Мандель. — 2-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2019. — 252 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/122652> (дата обращения: 20.04.2022).

Дополнительная литература

1. Бергис, Т. А. Психология стресса : учебное пособие / Т. А. Бергис. — Тольятти : ТГУ, 2019. — 112 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/140268> (дата обращения: 20.04.2022).
2. Сидоров, П. И. Клиническая психология [Электронный ресурс] : учебник / П. И. Сидоров, А. В. Парняков. - 3-е изд., испр. и доп. - Электрон. текстовые дан. - М. : ГЭОТАР-МЕДИА, 2010. - on-line. - Режим доступа: ЭБС «Консультант студента»
<http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970414071.html>

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети

«Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля)

1. <https://www.medicinform.net/> (Медицинская информационная сеть)
2. <https://www.studentlibrary.ru/> (Консультант студента)
3. <http://library.bashgmu.ru/> (Электронная учебная библиотека)
4. <https://e.lanbook.com/> (Электронно-библиотечная система «Лань»)

6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля)

6.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля)

Таблица

№ п/п	Наименование вида образования, уровня образования, профессии, специальности, направления подготовки (для профессионального образования), подвида дополнительного образования	Наименование объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, (с указанием номера такого объекта в соответствии с документами по технической инвентаризации)
1	2	3	4
1	Уровень образования Высшее – <i>специалитет</i> , Квалификация – Медицинский психолог Специальность <i>37.05.01</i> <i>Клиническая психология</i> Направленность (профиль) подготовки: нет.	Учебный корпус №1 ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа:	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Ленина, д. 3, актовый зал

		АКТОВЫЙ ЗАЛ Помещения укомплектованы специализированной учебной мебелью 300 посадочных мест. Технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории: мультимедийный презентационный комплекс. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Мебель для хранения учебного оборудования: стеллажи. Технические средства для профилактического обслуживания учебного оборудования. Учебный корпус №2 ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа: Аудитория № 228 Помещения укомплектованы специализированной учебной мебелью	450000, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Заки Валиди, д. 47, 3 этаж, № 228
--	--	---	--

		245 посадочных мест Технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории: мультимедийный презентационный комплекс. Учебный корпус №7 ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России Библиотека (комн. № 126) Оборудованная мультимедийными, методическими, наглядными, и другими средствами обучения. Оборудование: компьютер, мультимедийный проектор, экран, стенды с учебно-методическими материалами, демонстрационный и справочный материал. Учебный корпус №7 ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России Учебная аудитория № 531 - для самостоятельной работы Помещения оборудованы	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Пушкина, д.96, корп.98, 1 этаж, № 126 450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, Кировский р-н, ул. Пушкина, д. 96, корп. 98, 5 этаж, №531
--	--	--	--

		компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации	
--	--	---	--

6.2. Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы

1. <http://www.pubmedcentral.nih.gov> - U.S. National Institutes of Health (NIH). Свободный цифровой архив журнальных публикаций по результатам биомедицинских научных исследований.
2. <http://medbiol.ru> - Сайт для образовательных и научных целей.
3. <http://www.biochemistry.org> - Сайт Международного биохимического общества (The International Biochemical Society).
4. <http://www.clinchem.org> - Сайт журнала Clinical Chemistry. Орган Американской ассоциации клинической химии - The American Association for Clinical Chemistry (AACC). (Международное общество, объединяющее специалистов в области медицины, в сферу профессиональных интересов которых входят: клиническая химия, клиническая лабораторная наука и лабораторная медицина).
5. <http://biomolecula.ru/> - биомолекула - сайт, посвящённый молекулярным основам современной биологии и практическим применениям научных достижений в медицине и биотехнологии.
6. <https://www.merlot.org/merlot/index.htm> - MERLOT - Multimedia Educational Resource for Learning and Online Teaching.
7. www.elibrary.ru - национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных)
8. www.scopus.com - крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных)
9. www.pubmed.com - англоязычная текстовая база данных медицинских и биологических публикаций (профессиональная база данных).

6.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

№ п/п	Наименование	Описание	Кол-во	Поставщик	Где установлено
1.	Права на программу для ЭВМ корпоративная лицензия на специальный набор программных продуктов Microsoft Desktop School ALNG LicSAPk OLVS E IY AcademicEdition Enterprise	Операционная система Microsoft Windows + офисный пакет Microsoft Office	200	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
2.	Права на программу для ЭВМ набор веб-сервисов, предоставляющих доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office для образования Microsoft Office 365 A5 for faculty - Annually	Организация ВКС Microsoft Teams	25	ООО «Софтлайн Трейд»	Лекционные аудитории Кафедры и подразделения Университета
3.	Права на программу для ЭВМ система антивирусной защиты персональных компьютеров Dr.Web Desktop Security Suite Комплексная защита + Центр управления	Антивирусная защита (российское ПО)	1750	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервера, кафедры и подразделения Университета
4.	Права на программу для ЭВМ система антивирусной защиты рабочих станций и файловых серверов Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 1 year Educational Renewal License	Антивирусная защита (российское ПО)	450	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
5.	Права на программу для ЭВМ Офисное программное обеспечение МойОфис Стандартный	Офисный пакет (российское ПО)	120	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
6.	Права на программу для ЭВМ Операционная система для образовательных учреждений Астра Linux Common Edition	Операционная система (российское ПО)	40	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
7.	Права на программу для ЭВМ Система контент-фильтрации SkyDNS	Фильтрация интернет-контента (российское ПО)	1	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервер
8.	Права на программу для ЭВМ Система для организации и проведения веб-конференций, вебинаров, мастер-классов Mirapolis Virtual Room	Организации веб-конференций, вебинаров, мастер-классов (российское ПО)	1	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервер
9.	Права на программу для ЭВМ Система дистанционного обучения Русский Moodle 3KL	Учебный портал (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО)	1	«Софтлайн Трейд»	Хостинг на внешнем ресурсе
10.	Права на программу для ЭВМ "АИС «БИТ: Управление вузом»"	Электронный деканат (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО)	1	Компания «Первый БИТ»	Сервер

		ПО)				
11.	Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Внутренний портал учебного заведения» (неогр. кол-во пользователей)	Корпоративный портал (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО)	1	ООО «ВэбСофт»	Сервер	
12.	Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Управление сайтом - Эксперт»	Сайт ОО (в составе ЭИОС БГМУ) (российское ПО)	1	ООО «ВэбСофт»	Хостинг на внешнем ресурсе	
13.	Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Сайт учебного заведения»		1	ООО «ВэбСофт»	Хостинг на внешнем ресурсе	
14.	Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 12 Russian/12 English	Пакет для статистического анализа данных	10	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения	
15.	Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 10 Russian/13 English		11	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедра эпидемиологии – 3 шт., Кафедра патофизиологии – 4 шт., Кафедра эпидемиологии – 3 шт., Кафедра фармакологии – 1 шт.	
16.	Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English		5	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедра нормальной физиологии – 4 шт., Кафедра стоматологии детского возраста и ортодонтии – 1 шт.	
	Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English		75	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедра медицинской физики	
	Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English (сетевая)		50	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервер	