

**Приложение 1 к РПД Психопрофилактика**  
**37.03.01 Практическая психология**  
**Направленность (профиль) – Психология**  
**Форма обучения – очная**  
**Год набора - 2022**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.	Кафедра	Психологии и коррекционной педагогики
2.	Направление подготовки	37.03.01 Практическая психология
3.	Направленность (профиль)	Психология
4.	Дисциплина (модуль)	Психопрофилактика
5.	Форма обучения	очная
6.	Год набора	2022

**I. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных и практических занятий**

**1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий**

В ходе лекционных занятий студенту необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание изучаемой дисциплины, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки, подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Рекомендуется активно задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

**1.2. Методические рекомендации по подготовке к семинарским (практическим) занятиям**

В ходе подготовки к семинарским (практическим) занятиям следует изучить основную и дополнительную литературу, учесть рекомендации преподавателя и требования рабочей программы.

Можно подготовить свой конспект ответов по рассматриваемой тематике, подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на занятие. Следует продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной практикой. Можно дополнить список рекомендованной литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы.

**1.3. Методические рекомендации по подготовке презентаций**

Подготовку презентационного материала следует начинать с изучения специальной литературы, систематизации собранного материала. Презентационный материал должен быть достаточным для раскрытия выбранной темы.

Подготовка презентационного материала включает в себя не только подготовку слайдов, но и отработку навыков ораторства и умения организовать и проводить диспут.

Создание презентационного материала дает возможность получить навыки и умения самостоятельного обобщения материала, выделения главного.

При подготовке мультимедийного презентационного материала важно строго соблюдать заданный регламент времени.

Необходимо помнить, что выступление состоит из трех частей: вступления, основной части и заключения. Прежде всего, следует назвать тему своей презентации, кратко перечислить рассматриваемые вопросы, избрав для этого живую интересную форму изложения.

Большая часть слайдов должна быть посвящена раскрытию темы. Задача выступающего состоит не только в том, что продемонстрировать собственные знания, навыки и умения по рассматриваемой проблематике, но и заинтересовать слушателей, способствовать формированию у других студентов стремления познакомиться с нормативными и специальными источниками по рассматриваемой проблематике.

Алгоритм создания презентации:

1 этап – определение цели презентации

2 этап – подробное раскрытие информации,

3 этап – основные тезисы, выводы.

Следует использовать 10 – 15 слайдов. При этом:

- первый слайд – титульный. Предназначен для размещения названия презентации, имени докладчика и его контактной информации;

- на втором слайде необходимо разместить содержание презентации, а также краткое описание основных вопросов;

- все оставшиеся слайды имеют информативный характер.

Обычно подача информации осуществляется по плану: тезис – аргументация – вывод.

Рекомендации по созданию презентации:

1. Читательность (видимость из самых дальних уголков помещения и с различных устройств), текст должен быть набран 24-30-ым шрифтом.

2. Тщательно структурированная информация.

3. Наличие коротких и лаконичных заголовков, маркированных и нумерованных списков.

4. Каждому положению (идее) надо отвести отдельный абзац.

5. Главную идею надо выложить в первой строке абзаца.

6. Использовать табличные формы представления информации (диаграммы, схемы) для иллюстрации важнейших фактов, что даст возможность подать материал компактно и наглядно.

7. Графика должна органично дополнять текст.

8. Выступление с презентацией длится не более 10 минут.

#### **1.4. Методические рекомендации по решению кейс-заданий**

##### **Сценарий организации занятий**

Работа студентов начинается со знакомства с ситуационной задачей.

Студенты самостоятельно в течение 10 – 15 минут анализируют содержание кейса, выписывая при этом данные и другую необходимую информацию. В результате у каждого студента должно сложиться целостное впечатление о содержании кейса.

Знакомство с кейсом завершается обсуждением. Преподаватель оценивает степень освоения материала, подводит итоги обсуждения и объявляет программу работы первого занятия.

В дальнейшем происходит формирование рабочих подгрупп по 3 – 5 человек.

Каждая подгруппа располагается в каком-либо месте аудитории, по возможности, на небольшом удалении друг от друга.

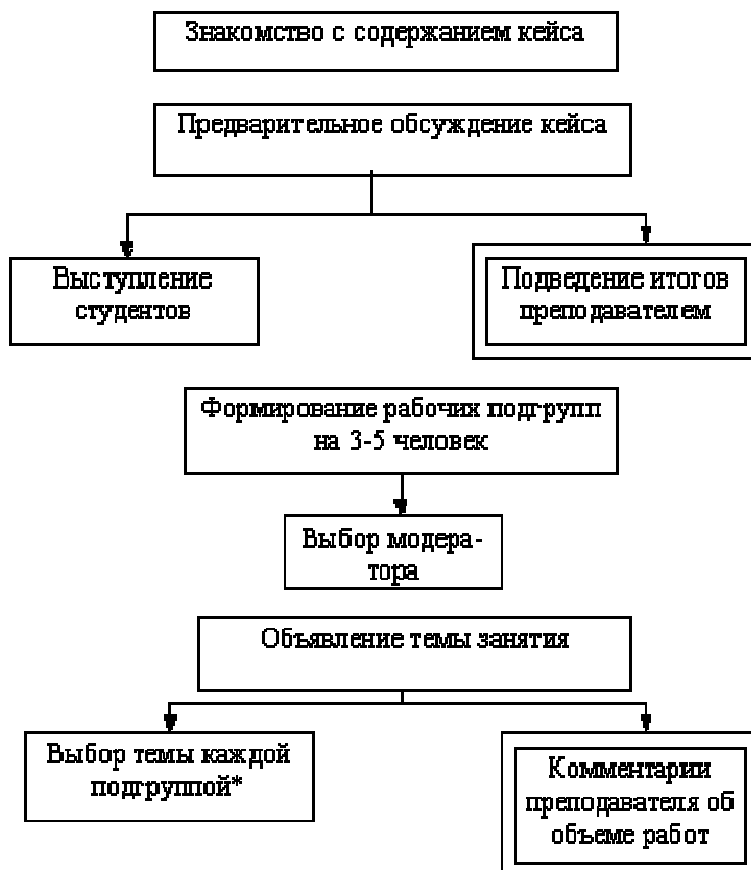
Распределение тем производится преподавателем с учетом желания каждой подгруппы.

Если тема для всех подгрупп одна, то преподаватель ее объявляет и ставит срок, к которому нужно представить результат.

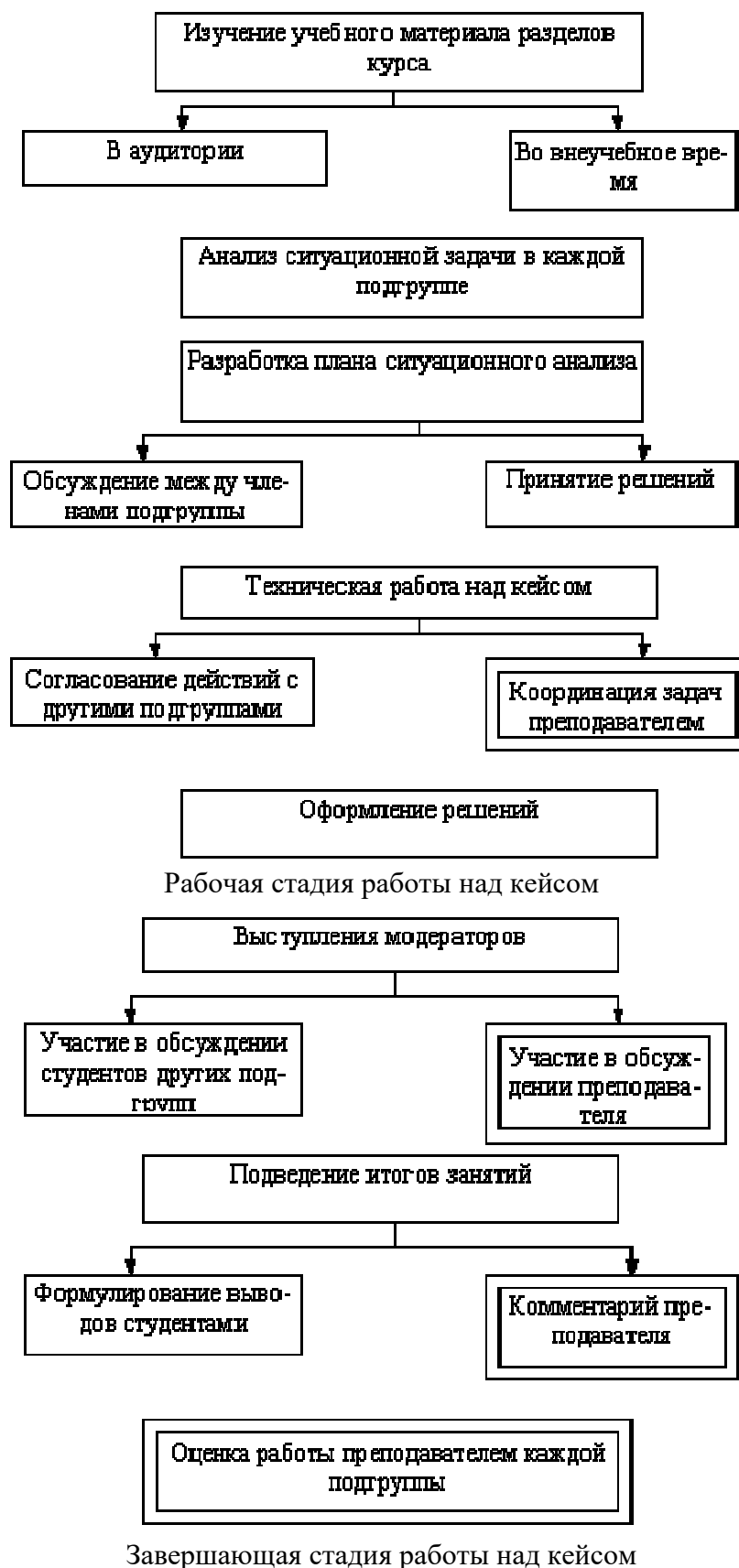
На этом этапе преподаватель более подробно объясняет цели каждой подгруппы и в каком виде должен быть оформлен отчет о работе.

После того как распределены темы, студентам необходимо изучить соответствующий теоретический материал, используя конспект лекций, учебные пособия и другие компактные методические издания. Во внеучебное время студент сможет пользоваться рекомендованными учебниками.

Последовательность организации и проведения занятий представлена на рисунках.



Стадия организации работы над кейсом



### 1.5. Методические рекомендации по составлению тестовых заданий

Тестовые задания должны соответствовать принципам:  
 -соответствовать содержанию учебного материала;

- иметь приемлемые, соответствующие целям тестирования показатели качества — трудность и дискриминативность;
- быть краткими, ясными испытуемому;
- не вызывать трудности у проверяющих при оценке правильности их выполнения.

Минимальные требования к составу тестового задания: инструкция, текст вопроса (задания), правильный ответ.

Инструкция должна содержать указания на то, что необходимо сделать испытуемому, каким образом нужно сделать задание, где и как делать пометки и записи, как дописывать.

Текст вопроса или задания представляет собой содержательное выполнение задания. Выделяют следующие части вопроса:

- стимулирующий материал: материал, о котором говорится в вопросе, представлен обычно в виде текста, рисунка, таблицы или другого представления данных;
- введение: информация, предшествующая вопросу;
- вопрос;
- ограничения ответа: вопрос должен быть высокого качества, чтобы предотвратить нежелательные интерпретации.

Правильный ответ или оценочная схема.

### **1.6. Методические рекомендации по подготовке к сдаче зачета**

Подготовка студентов к зачету включает три этапа:

- самостоятельная работа в течение семестра;
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

Непосредственную подготовку к зачету целесообразно начать с планирования и подбора литературы. Прежде всего, следует внимательно перечитать программные вопросы к зачету, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Студентам, которые считают, что они усвоили программный материал в полном объеме и уверены в прочности своих знаний, достаточно беглого повторения учебного материала. Основное время они могут уделить углубленному изучению отдельных, наиболее сложных, дискуссионных проблем.

Для полноты учебной информации и ее сравнения лучше использовать не менее двух учебников (учебных пособий). Студент сам вправе придерживаться любой из представленных в учебниках точек зрения по спорной проблеме (в том числе отличной от позиции преподавателя), но при условии достаточной научной аргументации.

Основным источником подготовки к зачету является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники. Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого студент сможет представить себе весь учебный материал.

Следует точно запоминать термины и категории, поскольку в их определениях сохранятся признаки, позволяющие уяснить их сущность и отличить эти понятия от других.

В ходе подготовки к зачету студентам необходимо обращать внимание не только на уровень запоминания, но и на степень понимания категорий. Это достигается не простым заучиванием, а усвоением прочных, систематизированных знаний, аналитическим

мышлением. Следовательно, непосредственная подготовка к зачету должна в разумных пропорциях сочетать и запоминание, и понимание программного материала.

## **II. Планы практических занятий**

### **Занятие 1. Теоретико-методологические основы психопрофилактики (занятие проходит в интерактивной форме – дискуссия)**

#### **План:**

1. Профессиональные компетенции психолога, осуществляющего психологическую профилактику.
2. Проблемы психопрофилактики и ее функции.

*Литература:* [1, 2, 3].

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие задачи у психопрофилактики?
2. Какие виды психопрофилактики Вы знаете?
3. Какими профессиональными компетенциями должен обладать психолог, осуществляющий психологическую профилактику?
4. Какие проблемы могут возникнуть у психолога при осуществлении психопрофилактической деятельности?
5. Какие функции выполняет психопрофилактика?

#### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Подготовьте презентацию «Психопрофилактика вид деятельности психолога».

### **Занятие 2. Теоретико-методологические основы психопрофилактики**

#### **План:**

1. Уровни и стратегии психопрофилактической работы.
2. Психологическое просвещение. Задачи психологического просвещения.

*Литература:* [1, 2, 3].

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие уровни психопрофилактической работы Вы знаете?
2. Какие стратегии психопрофилактической работы наиболее оптимальны при работе со взрослыми?
3. Какие стратегии психопрофилактической работы наиболее оптимальны при работе с детьми и подростками?
4. Что общего у психологической профилактики и психологического просвещения?
5. Чем отличаются психологическая профилактика и психологическое просвещение?
6. Какие задачи выполняет психологическое просвещение?

#### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Подготовьте презентацию «Психологическое просвещение вид деятельности психолога».

### **Занятие 3. Теоретико-методологические основы психопрофилактики**

#### **План:**

1. Психическое и психологическое здоровье личности.
2. История развития психопрофилактики и психогигиены.
3. Современное состояние психопрофилактики.

*Литература:* [2, 5, 6].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какое определение здоровья подчеркивает роль психических факторов?
2. Как ВОЗ определяет здоровье?
3. Что является существенным признаком больного человека с психологической точки зрения?
4. Какие критерии определяют психическое здоровье?
5. Какие компоненты входят в структуру психологического здоровья?
6. Какие основные этапы развития психопрофилактики и психогигиены Вы можете выделить?
6. Как развивается психопрофилактика на современном этапе?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Подготовьте бланочное тестирование «История развития психопрофилактики».

**Занятие 4. Теоретико-методологические основы психопрофилактики**

**План:**

1. Медико-психологические основы психопрофилактики.
2. Здоровьеформирующая и здоровьесберегающая среда образовательной организации.

*Литература:* [5].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие задачи у психопрофилактики?
2. Какие виды психопрофилактики Вы знаете?
3. Что включает в себя психопрофилактика психогенных заболеваний?
4. Как можно определить образовательную среду?
5. Что шире «образовательная среда» или «образовательное пространство»? Почему?
6. Чем «здоровьеформирующая образовательная среда» отличается от «здоровьесберегающей образовательной среды»?
7. Какие условия необходимо соблюдать при проектировании здоровьеформирующей и здоровьесберегающей образовательной среды?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Проанализируйте образовательную среду образовательной организации с позиций здоровьесформирования и здоровьесбережения» (образовательная организация на выбор студента).

**Занятие 5. Теоретико-методологические основы психопрофилактики  
(занятие проходит в интерактивной форме – дискуссия)**

**План:**

1. Медико-психологические основы психогигиены.
2. Психические травмы и стрессогенные состояния.

*Литература:* [5].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие стрессогенные состояния Вы знаете?
2. Как Вы можете определить «фрустрацию»?
3. Какие механизмы психологической защиты Вы знаете?

4. Какие признаки стрессового напряжения?
5. Какая основная задача психогигиены?
6. Какая организация собирает информацию о состоянии психического здоровья и разрабатывает концепции психического здоровья?
7. Что включает психогигиена детства?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Разработайте бланочное тестирование «Проблемы психогигиены».

**Занятие 6. Теоретико-методологические основы психопрофилактики  
(занятие проходит в интерактивной форме – дискуссия)**

**План:**

1. Проблемы организации профилактической работы.
2. Концептуальные проблемы Службы практической психологии и психопрофилактики.

*Литература:* [2].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие проблемы выделяют в организации психопрофилактической работы?
2. Какие направления психопрофилактики в образовательном пространстве Вы можете выделить?
3. В чем состоит психологическое просвещение субъектов образовательного процесса?
4. Какие компоненты включает психологическое просвещение субъектов образовательного процесса?
5. Какие концептуальные проблемы психопрофилактики Вы можете выделить?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте мероприятия по психологическому просвещению родителей» (тематика на выбор студента).

**Занятие 7. Теоретико-методологические основы психопрофилактики  
(занятие проходит в интерактивной форме – дискуссия)**

**План:**

1. Нормативные документы и этические принципы, регламентирующие психопрофилактическую и просветительскую деятельность психолога.
2. Первичная психопрофилактика.
3. Вторичная психопрофилактика.

*Литература:* [3, 4].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие нормативные документы регламентируют психопрофилактическую и просветительскую деятельность психолога?
2. Какие этические принципы необходимо соблюдать при разработке и реализации психопрофилактических программ?
3. Какие мероприятия включены в первичную психопрофилактику?
4. Чем первичная психопрофилактика отличается от вторичной психопрофилактики?
5. Какие мероприятия включены во вторичную психопрофилактику?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте этические принципы для первичных и вторичных психопрофилактических программ».



## **Занятие 8. Программы и технологии профилактики**

### **План:**

1. Психодиагностика в системе профилактической деятельности.
2. Виды психологической диагностики в системе профилактики

*Литература:* [3].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Как соотносятся психодиагностика и психопрофилактика?
2. Какие основные задачи психодиагностики в системе психологической профилактики?
3. На какие принципы опирается диагностическая работа?
4. Какие основные виды психологической диагностики в системе профилактики?
5. Какой вид психологической диагностики осуществляется на первом уровне психопрофилактики?
6. Какой вид психологической диагностики осуществляется на втором уровне психопрофилактики?
7. Какой вид психологической диагностики осуществляется на третьем уровне психопрофилактики?

### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «По результатам психодиагностического заключения, составленного по результатам экспертизы в клинико-ориентированной диагностике. Определите не менее 5 условий, при которых возможны изменения в состоянии объекта психодиагностики. Разработайте прогноз психофизического, социального, эмоционально-волевого и личностного развития в соответствии с условиями развития. При прогнозе сделайте акцент на профилактике факторов неблагополучия в психическом развитии».

## **Занятие 9. Программы и технологии профилактики**

### **План:**

1. Принципы построения профилактических программ.
2. Требования к составлению профилактических программ.

*Литература:* [2, 5].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие принципы необходимо соблюдать при разработке психопрофилактических программ?
2. Какие разделы включены в психопрофилактические программы?
3. Какие разделы психопрофилактической программы являются переменными?
4. Какие цели в зависимости от уровня психопрофилактики должна реализовывать психопрофилактическая программа?

### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте программу первичной психопрофилактики» (тема программы, возраст респондентов на выбор студента).

## **Занятие 10. Программы и технологии профилактики (занятие проходит в интерактивной форме – кейс-задание)**

### **План:**

1. Образовательная среда и психологические аспекты предупреждения неблагополучия личности.

2. Проблемы разработки и внедрения психопрофилактической работы в образовательных организациях.

*Литература:* [2, 3].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. С чем связаны сложности разработки внедрения программ психопрофилактики в образовательные организации?
2. Какие компоненты включает образовательная среда?
3. Какие варианты неблагополучия личности Вы знаете?
4. Какие уровни психопрофилактики направлены на предупреждение неблагополучия личности?
5. Какие методы наиболее оптимальны для предупреждения неблагополучия личности?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Подготовьте презентацию «Психологические аспекты предупреждения неблагополучия личности».

**Занятие 11. Программы и технологии профилактики  
(занятие проходит в интерактивной форме – кейс-задание)**

**План:**

1. Психопрофилактические программы в дошкольной образовательной организации.
2. Психопрофилактические программы в общеобразовательной организации.

*Литература:* [2, 3, 5, 6].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие критерии успешности реализации психопрофилактической работы в дошкольном возрасте?
2. На что необходимо обратить внимание при разработке психопрофилактической работы с дошкольниками?
3. Какие особенности психопрофилактической работы при эмоциональной нестабильности дошкольников?
4. На что необходимо обратить внимание при построении программ психопрофилактической работы с младшими школьниками?
5. Сколько блоков включает психопрофилактическая программа с проблемами эмоциональной нестабильности при адаптации младших школьников?
6. Какие задачи психопрофилактической работы с подростками?
7. Какие направления профилактики тревожности у подростков?
8. Чему должны соответствовать психопрофилактические программы для подростков?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте психопрофилактическую программу для школьников» (тема программы, возраст школьника на выбор студента).

**Занятие 12. Программы и технологии профилактики**

**План:**

1. Профилактика нарушений социализации и адаптации.
2. Технологии психопластики.

*Литература:* [3, 6].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. В чем проявляются нарушения социализации и адаптации личности?
2. Какие методы наиболее эффективны при разработке программ, направленных на профилактику нарушений социализации и адаптации?
3. Кто ввел термин «психопластика личности»?
4. В каких направлениях реализуются целевые установки технологии психопластики?
5. Последовательное решение каких задач подразумевает реализация технологии психопластики личности?
6. В чем заключается технология психопластики личности как психолого-педагогическая технология?
7. Какие уровни включает психопластика?
8. Что является важным результатом применения технологии психопластики личности?

### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте систему мероприятий, направленную на адаптацию обучающихся» (возраст обучающихся на выбор студента).

## **Занятие 13. Программы и технологии профилактики (занятие проходит в интерактивной форме – кейс-задание)**

### **План:**

1. Технологии профилактики употребления психоактивных веществ.
2. Программы профилактики алкоголизма.

*Литература:* [1, 3, 6].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие психоактивные вещества Вы знаете?
2. Какие причины употребления табака подростками?
3. Какие технологии профилактики употребления психоактивных веществ несовершеннолетними?
4. Какими нормативными документами регулируется социально-педагогическая реабилитация несовершеннолетних?
5. Какая профилактическая работа наиболее эффективная с обучающимися употребляющими ПАВ?
6. Какие причины употребления алкоголя?
7. Какими нормативными документами регулируется употребление алкоголя?
8. Какие программы психопрофилактики употребления алкоголя Вы знаете?
9. Какая профилактическая работа наиболее эффективна с обучающимися употребляющими алкоголь?

### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте систему мероприятий, направленную на профилактику употребления психоактивных веществ обучающимися».

## **Занятие 14. Программы и технологии профилактики (занятие проходит в интерактивной форме – кейс-задание)**

### **План:**

1. Психопрофилактика суицидального поведения.
2. Психопрофилактика агрессивного поведения.

*Литература:* [3].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какое поведение относят к девиантному?
2. С учетом каких причин должна выстраиваться психопрофилактическая работа с девиантами?
3. На основе каких рекомендации проводится профилактика суицидального поведение?
4. Сколько уровней профилактики суицидального поведения Вы знаете?
5. Какая агрессивности определяется как патологическая?
6. Какие группы обучающихся с агрессивным поведением выделяет О.И. Истрофилова в зависимости от его причинной обусловленности?
7. На что должна быть направлена психопрофилактика агрессивного поведения?

### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте психопрофилактическую программу, направленную на предупреждение суицидального поведения» (возраст респондента на выбор студента).

## **Занятие 15. Программы и технологии профилактики**

### **План:**

1. Образовательная среда и психологические аспекты предупреждения неблагополучия развития личности.
2. Здоровьесберегающие технологии в образовании.

*Литература:* [2, 5, 6].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие основные виды психопрофилактики направленные на предупреждение неблагополучия развития личности Вы знаете?
2. Какие формы психопрофилактики наиболее эффективны при предупреждении неблагополучия развития личности?
3. Какие запросы преобладают у родителей в связи неблагополучным развитием обучающегося?
4. Какие здоровьесберегающие технологии наиболее эффективны в образовательных организациях?

### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте психопрофилактическую программу, направленную на предупреждение неблагоприятного развития обучающегося» (возраст респондента на выбор студента).

## **Занятие 16. Программы и технологии профилактики**

### **План:**

1. Профессиональные деформации.
2. Профессиональный стресс и его профилактика.

*Литература:* [4].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Что входит в понятие «профессиональная деформация»?
2. Какие основные причины и типы профессиональной деформации?
3. Какие факторы профессиональной деформации?
4. Какие уровни профессиональной деформации?
5. Какие основные направления профилактики профессионального стресса Вы знаете\*?
6. Какие факторы ослабляют уровень профессионального стресса?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте психопрофилактическую программу, направленную на профилактику профессионального стресса» (сфера профессиональной деятельности на выбор студента).

**Занятие 17. Программы и технологии профилактики**

**План:**

1. Профессиональные деформации педагогов образовательных организаций.
2. Классификация деформаций педагогической деятельности.

*Литература:* [2, 3, 6].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие профессиональные деформации возможны у педагогов дошкольных образовательных организаций?
2. Какие профессиональные деформации возможны у педагогов общеобразовательных организаций?
3. Что лежит в основании классификации деформаций педагогической деятельности?
4. Какие методы наиболее эффективны при психопрофилактике деформаций педагогической деятельности?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте психопрофилактическую программу, направленную на предупреждение деформаций педагогической деятельности» (возраст респондента на выбор студента).

**Занятие 18. Программы и технологии профилактики**

**План:**

1. Психологическая устойчивость педагога.
2. Технология сохранения психоэмоциональной уравновешенности педагога.

*Литература:* [2, 3, 6].

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие уровни сохранения психологического благополучия выделяют?
2. Какие способы преодоления профессиональных деформаций Вы знаете?
3. Какие приемы саморегуляции эмоционально-волевой сферы способствуют сохранению психологического здоровья педагогов образовательной организации?
4. Какие этапы включены в алгоритм решения конфликтной педагогической ситуации?
5. Какие технологии сохранения психоэмоциональной уравновешенности педагогов Вы знаете?

**Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте психопрофилактическую программу, направленную на сохранение психоэмоциональной уравновешенности педагогов».

**Занятие 19. Программы и технологии профилактики  
(занятие проходит в интерактивной форме – кейс-задание)**

**План:**

1. Профилактика психосоматических расстройств.

## 2. Профилактика невротических расстройств.

*Литература:* [3, 4].

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие причины психосоматических и невротических расстройств?
2. Какие формы психосоматических расстройств Вы знаете?
3. Что снижают психосоматические и невротические расстройства?
4. Какие типы личности больше подвержены синдрому эмоционального выгорания?
5. Какие фазы проходит синдром эмоционального выгорания?
6. Какие методы профилактики психосоматических расстройств наиболее эффективны?
7. Какие методы профилактики невротических расстройств наиболее эффективны?

### **Задание для самостоятельной работы:**

1. Кейс-задание «Разработайте психопрофилактическую программу, направленную на профилактику психосоматических расстройств» (профессиональная сфера на выбор студента).