

Компонент ОПОП 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

Психология образования

наименование ОПОП

Б1.В.ДВ.04.01

шифр дисциплины

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Дисциплины  
(модуля)

Психология стресса (с практикумом)

---

Разработчик (и):

Синкевич И.А.

ФИО

доцент КПиКП

должность

к.п.н., доцент

ученая степень,

звание

Храпенко И.Б.

ФИО

доцент КПиКП

должность

к.п.с.н., доцент

ученая степень,

звание

Утверждено на заседании кафедры

Психологии и коррекционной педагогики

наименование кафедры

протокол № 11 от 28 марта 2024 г.

Заведующий кафедрой ПиКП

\_\_\_\_\_

подпись

Афонькина Ю.А.

ФИО

**1. Критерии и средства оценивания компетенций и индикаторов их достижения, формируемых дисциплиной (модулем)**

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Код и наименование индикатора(ов) достижения компетенции</b>	<b>Результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>			<b>Оценочные средства текущего контроля</b>	<b>Оценочные средства промежуточной аттестации</b>
		<i><b>Знать</b></i>	<i><b>Уметь</b></i>	<i><b>Владеть</b></i>		

<p>ПК-4. Способен применять стандартные, коррекционно-развивающие методы и технологии, осуществлять психологическое просвещение, направленное на формирование психологической культуры субъектов образовательного процесса, а также по проблемам профилактики негативных влияний социальной среды на детей и подростков</p>	<p>ПК-4.1. Знает направления, приемы и методы психологического просвещения с учетом образовательных потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся; современные техники, приемы, способы и методы коррекционно-развивающей работы и психологической помощи. ПК-4.2. Умеет реализовывать программы повышения психологической компетентности субъектов образовательного процесса, работающих с различными категориями обучающихся; проводить и оценивать эффективность коррекционно-развивающей работы в соответствии с выделенными критериями. ПК-4.3. Владеет приемами и</p>	<p>способами применения стандартных, коррекционно-развивающих методов и технологий, осуществления психологического просвещения, направленного на формирование психологической культуры субъектов образовательного процесса, а также по проблемам профилактики негативных влияний социальной среды на детей и подростков.</p>	<p>применять стандартные, коррекционно-развивающие методы и технологии, осуществлять психологическое просвещение, направленное на формирование психологической культуры субъектов образовательного процесса, а также по проблемам профилактики негативных влияний социальной среды на детей и подростков.</p>	<p>способами применения стандартных, коррекционно-развивающих методов и технологий, осуществления психологического просвещения, направленного на формирование психологической культуры субъектов образовательного процесса, а также по проблемам профилактики негативных влияний социальной среды на детей и подростков.</p>	<p>- эссе; - подбор и разработка кейс-заданий; - работа на практическом занятии; - текущее тестирование; - проведение упражнений по снятию стресса на группе (интерактивная форма); - интерактивная работа на занятии, - создание картотеки упражнений на снятие стресса, - создание компендиума методик для диагностики стресса, стрессоустойчивости и связанных с ним свойств и состояний, - создание аннотированного списка литературы.</p>	<p>Билеты к зачету Результаты текущего контроля</p>
---	--	--	---	--	--	---

	<p>средствами информирования о факторах, препятствующих развитию личности детей; основами проведения коррекционно-развивающих занятий направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, преодоление проблем в общении и поведении детей и подростков.</p>					
--	--	--	--	--	--	--



## 2. Оценка уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)

Показатели оценивания компетенций (индикаторов их достижения)	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)			
	Ниже порогового («неудовлетворительно»)	Пороговый («удовлетворительно»)	Продвинутый («хорошо»)	Высокий («отлично»)
<b>Полнота знаний</b>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущены не грубые ошибки.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки. Допущены некоторые погрешности.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки.
<b>Наличие умений</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продемонстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объёме (отсутствуют пояснения, неполные выводы)	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объёме, но некоторые с недочётами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объёме без недочётов.
<b>Наличие навыков (владение опытом)</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочётами.	Продемонстрированы базовые навыки при выполнении стандартных заданий с некоторыми недочётами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач.
<b>Характеристика сформированности компетенции</b>	Компетенции фактически не сформированы. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач.  ИЛИ Зачетное количество баллов не набрано согласно установленному диапазону	Сформированность компетенций соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач.  ИЛИ Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Сформированность компетенций в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков достаточно для решения стандартных профессиональных задач.  ИЛИ Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Сформированность компетенций полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в полной мере достаточно для решения сложных, в том числе нестандартных, профессиональных задач.  ИЛИ Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону

### 3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля

#### 3.1 Критерии и шкала оценивания практических работ

Перечень практических работ, описание порядка выполнения и защиты работы, требования к результатам работы, структуре и содержанию отчета и т.п. представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

Оценка/баллы	Критерии оценивания
<i>Отлично</i>	Задание выполнено полностью и правильно. Отчет по практической работе подготовлен качественно в соответствии с требованиями. Полнота ответов на вопросы преподавателя при защите работы.
<i>Хорошо</i>	Задание выполнено полностью, но нет достаточного обоснования или при верном решении допущена незначительная ошибка, не влияющая на правильную последовательность рассуждений. Все требования, предъявляемые к работе, выполнены.
<i>Удовлетворительно</i>	Задания выполнены частично с ошибками. Демонстрирует средний уровень выполнения задания на лабораторную/практическую работу. Большинство требований, предъявляемых к заданию, выполнены.
<i>Неудовлетворительно</i>	Задание выполнено со значительным количеством ошибок на низком уровне. Многие требования, предъявляемые к заданию, не выполнены. ИЛИ Задание не выполнено.

#### Критерии оценки работы на практическом занятии

Баллы	Характеристики ответа студента
<i>Отлично</i> 2	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент глубоко и всесторонне усвоил проблему;</li><li>- уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает;</li><li>- опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью;</li><li>- умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- свободно владеет понятиями</li></ul>
<i>Хорошо</i> 1	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li><li>- аргументирует научные положения;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- владеет системой основных понятий</li></ul>
<i>Неудовлетворительно</i> 0,5	<ul style="list-style-type: none"><li>- тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент усвоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы;</li><li>- допускает несущественные ошибки и неточности;</li><li>- испытывает затруднения в практическом применении знаний;</li><li>- слабо аргументирует научные положения;</li><li>- затрудняется в формулировании выводов и обобщений;</li><li>- частично владеет системой понятий</li></ul>
<i>Удовлетворительно</i> 0	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил значительной части проблемы;</li><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- не может аргументировать научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- не владеет понятийным аппаратом</li></ul>

### 3.2. Критерии оценки подбора и решения кейс – заданий

Оценка/баллы	Критерии оценки
<i>Отлично</i>	Выполнены соответствующие требования в полном объеме. Используются системный и ситуативный подходы, представлено аргументированное рассуждение по проблеме, определены цели, задачи, причины возникновения ситуации, определены риски, трудности при разрешении проблемы, подготовлена программа действий.
<i>Хорошо</i>	Правильно определены цели, задачи, причины возникновения ситуации. Определены риски, трудности при разрешении проблемы. Подготовлена программа действий, но недостаточно четко и последовательно аргументировано решение ситуации.
<i>Удовлетворительно</i>	Представлены рассуждения по проблеме, определены цели, задачи, причины возникновения ситуации. Определены возможные связи проблемы с другими проблемами, частично представлена программа действий.
<i>Неудовлетворительно</i>	Представлены разрозненные аргументы по проблеме или аргументы отсутствуют. Отсутствуют цели, задачи, результаты предстоящей деятельности. Программа действий содержит серьезные ошибки или отсутствует. ИЛИ Задание не выполнено.

### 3.3. Критерии оценки проведения упражнений по снятию стресса на группе (интерактивная форма)

Баллы	Характеристики ответа студента
<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• студент глубоко и всесторонне усвоил тему;</li> <li>• уверенно, логично, последовательно и грамотно реализует упражнение;</li> <li>• опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью;</li> <li>• умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи;</li> <li>• делает выводы и обобщения;</li> <li>• свободно владеет понятиями</li> </ul>
<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li> <li>• не допускает существенных неточностей;</li> <li>• увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li> <li>• аргументирует научные положения;</li> <li>• делает выводы и обобщения;</li> <li>• владеет системой основных понятий</li> </ul>
<b>0,5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы;</li> <li>• допускает несущественные ошибки и неточности;</li> <li>• испытывает затруднения в практическом применении знаний;</li> <li>• слабо аргументирует научные положения;</li> <li>• затрудняется в формулировании выводов и обобщений;</li> <li>• частично владеет системой понятий</li> </ul>
<b>0</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• студент не усвоил значительной части проблемы;</li> <li>• допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li> <li>• испытывает трудности в практическом применении знаний;</li> <li>• не может аргументировать научные положения;</li> <li>• не формулирует выводов и обобщений;</li> <li>• не владеет понятийным аппаратом</li> </ul>

### 3.4. Критерии и шкала оценивания эссе

Оценка	Критерии оценивания
<i>Отлично</i> <b>4-5</b>	Четко сформулирован тезис, соответствующий теме эссе; деление текста на введение, главную часть и заключение; в основной части логично, связно и полно доказывается выдвинутый тезис; заключение содержит выводы. Все требования предъявленные к заданию выполнены.



<b>Хорошо</b> <b>3</b>	Четко сформулирован тезис, соответствующий теме эссе, в известной мере выполнено задача заинтересовать читателя; в основной части логично, связано но недостаточно полно доказывается выдвинутый тезис; заключение содержит выводы.
<b>Удовлетворительно</b> <b>1</b>	Тезис сформирован нечетко или не вполне соответствует теме эссе; в основной части выдвинутый тезис доказывается недостаточно логично; заключение, выводы не полностью соответствуют содержанию основной части.
<b>Неудовлетворительно</b> <b>0</b>	Тезис отсутствует или не соответствует теме эссе; в основной части нет логичного последовательного раскрытия темы; выводы не вытекают из основной части; отсутствует деление текста на введение, основную часть и заключение; язык работы можно оценить как «примитивный».

## Темы эссе

1. Категориальные признаки психических состояний.
2. Концепция неравновесных состояний А.О. Прохорова.
3. Классификации психических состояний: критерии и основания.
4. Категориальные признаки психических состояний.
5. Функциональные состояния как предмет психологического исследования.
6. Оптимальное состояние человека.
7. Специфические особенности эмоциональных состояний
8. Эмоциональная напряженность и ее влияние на эффективность деятельности.
9. Мимические корреляты эмоциональных состояний
10. Аффект как неравновесное состояние.
11. Функциональные состояния как предмет психологического исследования.
12. Концепция стресса Г. Селье.
13. Понятия экстремальности, стресса и стрессора. Абсолютная и относительная экстремальность.
14. Концепция стресса Л.А. Китаева-Смык.
15. Социологическая модель стресса.
16. Роль когнитивных особенностей и личностных свойств в генезе психологического стресса.
17. Индивидуальные особенности возникновения и течения стресса.
18. Характеристика психологического стресса.
19. Стрессоустойчивость.
20. Влияние агентов первичной социализации на восприимчивость к стрессовым ситуациям.
21. Детерминанты и динамика травматического стресса.
22. Причины травматического стресса (концепция Ялома).
23. Последствия травматического стресса.
24. Характеристика экстремальной ситуации и чрезвычайной ситуации.
25. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР): история вопроса.
26. Варианты течения ПТСР, механизмы и исходы.
27. Диагностика стрессовых состояний.
28. Социальные стрессы в российском обществе и проблемы совладающего поведения.
29. Диагностика и психотехнологии совладающего поведения.
30. Стресс и копинг в профессиональной деятельности.
31. Испуг, страх, ужас: специфические особенности.
32. Характеристика тревожного ряда.
33. Паника как деструктивное состояние.
34. Гипноз: сущность, возможности, риски.
35. Транс: характеристика, возможности, риски.
36. Невроз: психологические особенности.
37. Религиозный фанатизм: сущность, специфика, риски.

38. Алкогольное опьянение: характеристика, риски.
39. Эмоциональный стресс и его характеристика.
40. Особенности информационного стресса.
41. Поведенческий стресс.
42. Психологическая характеристика одиночества
43. Студенческий стресс.
44. Профессиональный стресс.
45. Эмоциональное выгорание в помогающих профессиях.
46. Экзаменационный стресс как модель эмоционального стресса.
47. Военный стресс.
48. Мирные жители в условиях военных действий.
49. Управление стрессом.
50. Психические состояния, возникающие у безработных людей.
51. Психологическая помощь людям, получившим травму в чрезвычайных ситуациях.
52. Психологические последствия насилия у детей.
53. Стихийные бедствия и катастрофы: особенности психических состояний.
54. Горе как реакция на необратимую утратную ситуацию.
55. Конструирование смысла в ситуации горя.
56. Особенности травматического стресса больных людей.
57. Социальные стрессы информационного общества.
58. Психологические защиты и копинг-стратегии: сравнительный анализ.
59. Склонность к риску и стрессоустойчивость.
60. Человек рискующий: психологический портрет.

### 3.5. Критерии и шкала оценивания аннотированного списка литературы

Оценка/баллы	Критерии оценки
<i>Отлично</i>	Представлен анализ информации. Присутствует понимание авторского смысла. Основное содержание изложено логично и грамотно в установленной форме в соответствии с требованиями. Список полный.
<i>Хорошо</i>	Представлен анализ информации. Присутствуют незначительные грамматические ошибки, нарушение формы изложения (структурные нарушения). В список не включены отдельные источники.
<i>Удовлетворительно</i>	Представлено основное содержание (отдельные фрагменты непонятны или неверно интерпретированы). При передаче информации в форме аннотации присутствует искажения смысла текста, значительные грамматические ошибки, структурные нарушения.
<i>Неудовлетворительно</i>	Неспособность адекватно воспринимать информацию, содержащуюся в тексте. Присутствие большого количества грамматических ошибок. Неготовность к передаче содержания в заданной форме. ИЛИ Аннотация не подготовлена.

### 3.6. Критерии и шкала оценивания картотеки / компендиума

Оценка/баллы	Критерии оценивания
<i>Отлично</i> 8-10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Компендиум / картотека составлен(-а) логично, полно, без ошибок;</li> <li>• свободное владение профессиональной терминологией;</li> <li>• умеет высказывать и обосновать свои суждения;</li> <li>• студент дает четкий, полный, правильный ответ на теоретические вопросы;</li> <li>• студент организует связь теории с практикой.</li> </ul>
<i>Хорошо</i> 6-7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• студент грамотно излагает материал; ориентируется в материале, владеет профессиональной терминологией, осознанно применяет теоретические знания для разработки комплекса, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• работа выполнена с незначительными неточностями</li> </ul>
<b>Удовлетворительно</b> <b>4-5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• студент излагает материал неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для разработки комплекса, не может доказательно обосновать свои суждения;</li> <li>• обнаруживается недостаточно глубокое понимание изученного материала.</li> </ul>
<b>Неудовлетворительно</b> <b>0-3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• отсутствуют необходимые теоретические знания; допущены ошибки в определении понятий, искажен их смысл;</li> <li>• в работе студента проявляется незнание основного материала учебной программы, допускаются грубые ошибки в разработке комплекса.</li> </ul>

#### **4. Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) при проведении промежуточной аттестации**

##### Критерии и шкала оценивания результатов освоения дисциплины (модуля) с зачетом

Если обучающийся набрал зачетное количество баллов согласно установленному диапазону по дисциплине (модулю), то он считается аттестованным.

<b>Оценка</b>	<b>Баллы</b>	<b>Критерии оценивания</b>
<b>Зачтено</b>	60 - 100	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону
<b>Незачтено</b>	менее 60	Зачетное количество согласно установленному диапазону баллов не набрано

В ФОС включен список вопросов к зачету и типовой вариант билета на зачете:

Вопросы к зачету:

1. Проблема стресса в жизни современного общества. Основные сферы изучения стресса в прикладных психологических исследованиях.
2. Стресс и адаптация. Уровни адаптации и формы проявлений дезадаптации на личностном и поведенческом уровнях.
3. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья. Критерии оценки влияния стресса на здоровье человека.
4. История развития исследований стресса в физиологии и психологии. Основные этапы.
5. Классическая концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром, основные закономерности проявлений и развития. Вклад естественнонаучной традиции в развитие психологических исследований стресса.
6. Физиологический и психологический стресс, различия в механизмах формирования. Основные субсиндромы проявлений стресса. Связь с успешностью поведенческой адаптации.
7. Комплексный подход к анализу проявлений стресса. Основные классы диагностических методов, примеры конкретных методик. Способы интеграции данных в зависимости от типа диагностических задач.
8. Основные современные подходы к изучению стресса. Сравнительная характеристика подходов.
9. Экологический подход к изучению стресса. Трактовка понятия стресс в рамках парадигмы соответствия «личность-среда» и методология исследований.
10. Когнитивная модель психологического стресса Р. Лазаруса. Субъективный образ проблемной ситуации и роль механизмов когнитивной оценки в формировании стрессовых реакций.

11. Стратегии преодоления стресса (копинг-механизмы). Индивидуальные стили «совладающего поведения» (модель С. Хобфолла). Возможности целенаправленного формирования адекватных стратегий преодоления стресса.
12. Трансактный подход к изучению стресса. Модель Т. Кокса и возможности ее практического использования.
13. Регуляторный подход к изучению стресса. Синдромы острого и хронического стресса, их негативные последствия.
14. Понятие «экстремальности» и экстремальных условий деятельности. Абсолютная и относительная экстремальность. Классификация факторов прямого и опосредующего влияния на степень экстремальности ситуации.
15. Стресс и состояния психической напряженности. Операциональная и эмоциональная напряженность, роль мотивационно-личностных факторов в их развитии. Формы проявления состояний эмоциональной напряженности.
16. Стадии переживания критических жизненных ситуаций (модель Хоровитца). Закономерности динамики и психологическая характеристика каждой из стадий. Особенности психологической помощи на каждой из них.
17. Основные психологические составляющие переживаний хронического стресса. Фиксация негативных проявлений в форме устойчивых индивидуально-личностных характеристик поведенческих нарушений.
18. Изменения в поведении при длительном переживании стресса. Формирование поведенческих риск-факторов для здоровья человека. Типы поведения.
19. Развитие личностных деформаций в процессе длительного переживания стресса. Синдром выгорания.
20. Развитие пограничных невротических состояний как следствие интенсивного переживания стресса. Посттравматический стресс.
21. Проблема управление стрессом. Взаимосвязь диагностической и профилактической направленности работы как основа современных технологий стресс-менеджмента.
22. Психопрофилактика и коррекция стресса. Объектная и субъектная парадигмы. Общая классификация методов борьбы со стрессом.
23. Опосредующие методы профилактики и коррекции стресса (объектная парадигма). Примеры используемых средств.
24. Непосредственные методы воздействия на состояние человека. «Пассивный» и активный субъект психопрофилактики. Примеры средств «внешнего» воздействия на состояние человека.
25. Психологическая саморегуляция состояний. Основные классы методов и техник. Программы обучения навыкам саморегуляции и управления стрессом.
26. Организационные формы использования методов профилактики и управления стрессом в прикладных условиях. Оценка эффективности использования методов оптимизации состояния человека при проведении индивидуальной и групповой психокоррекционной работы.

Типовой вариант билета на зачете

Билет № 1

1. Психологическая саморегуляция состояний. Основные классы методов и техник. Программы обучения навыкам саморегуляции и управления стрессом.

**5. Задания диагностической работы для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю) в рамках внутренней и внешней независимой оценки качества образования**

ФОС содержит задания для оценивания знаний, умений и навыков, демонстрирующих уровень сформированности компетенций и индикаторов их достижения в процессе освоения дисциплины (модуля).

Комплект заданий разработан таким образом, чтобы осуществить процедуру оценки каждой компетенции, формируемых дисциплиной (модулем), у обучающегося в письменной форме.

Содержание комплекта заданий включает: *тестовые задания*.

ПК-4. Способен применять стандартные, коррекционно-развивающие методы и технологии, осуществлять психологическое просвещение, направленное на формирование психологической культуры субъектов образовательного процесса, а также по проблемам профилактики негативных влияний социальной среды на детей и подростков	
1	<b>Напишите определение научного понятия</b> Дистресс – это ...
2	<b>Напишите определение научного понятия</b> Психологическое здоровье – это ...
3	<b>Охарактеризуйте концепцию стресса Г. Селье.</b>
4	<b>Перечислите основные современные подходы к изучению стресса. Охарактеризуйте один из них.</b>
5	<b>Напишите определение научного понятия</b> Копинг-поведение – это ...
6	<b>Перечислите и охарактеризуйте содержание стадий переживания критических жизненных ситуаций (модель Хоровитца).</b>
7	<b>Напишите общую классификацию методов борьбы со стрессом.</b>
8	<b>Охарактеризуйте «пассивного» и активного субъекта психопрофилактики</b>
9	<b>Вид эксперимента, применяющегося для профилактики стрессовых состояний личности, предполагающий применение ролевых игр в учебных ситуациях, позволяющих сформировать навыки адекватного реагирования на реальную стрессовую ситуацию в искусственно созданных условиях (определите вид эксперимента).</b>
10	<b>Автор метода аутогенной тренировки, предложивший ее применять как метод лечебного самовнушения в 1932 г.</b>