

«РЕГУЛЯЦИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ЧЕЛОВЕКА»

Б1.В.ОД.4

Дисциплина «Регуляция психической активности человека» предназначена для студентов, обучающихся по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», квалификации бакалавр, входит в вариативную часть обязательных дисциплин блока 1.

1. Цели и задачи освоения дисциплины.

Целью освоения дисциплины «Регуляция психической активности человека» является получение теоретических и прикладных знаний о резервных возможностях психики, особенностях функционирования ритмических психофизиологических процессов организма человека в их взаимодействии с внешними природными факторами.

Основными задачами дисциплины являются:

- ознакомление обучающихся с теоретическими и методологическими основами, предопределяющими развитие и становление учения о резервных возможностях психики человека
- формирование у обучающихся знаний о системе основных категорий и понятий, используемых в изучении резервов человека, ритмической активности основных систем организма и целенаправленной регуляции психической активности
- изучение современных методов диагностики и целенаправленной психической активации резервов человека
- изучение психофизиологических и нейрогуморальных механизмов регуляции ритмической активности человека
- формирование у обучающихся умений и навыков по целенаправленной психической саморегуляции функционального состояния..

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата.

Дисциплина «Регуляция психической активности человека» относится к вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)» подготовки бакалавров и изучается на 4-м курсе бакалавриата по очной форме обучения и на 5-м курсе по очно-заочной форме обучения.

Дисциплина «Регуляция психической активности человека» базируется на знаниях обучающихся, полученных в процессе изучения дисциплин: «Методологические основы психологии и научных исследований», «Психофизиология».

Приобретенные компетенции в рамках изучения дисциплины «Регуляция психической активности человека» будут способствовать эффективному освоению учебного материала в рамках последующих дисциплин, таких как:

«Психологическое консультирование по телефону», «Экстремальная психология».

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины.

В данном разделе содержится описание перечня планируемых результатов обучения по дисциплине «Регуляция психической активности человека» соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 37.03.01 «Психология».

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и образовательной программы по данному направлению подготовки:

ПК-1 - способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности;

ПК-14 - способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- Основные категории, понятия, законы, методологию и методы применительно к регуляции психической активности человека

- Роль и место ритмических процессов в обеспечении целостного функционирования организма и закономерности его регуляции в изменяющихся условиях среды

- Основные психофизиологические механизмы, обеспечивающие целенаправленную активацию психических резервов человека

Уметь:

- Адекватно применять психодиагностические и психофизиологические методы для определения психофизиологического потенциала человека и оптимальных путей его развития;

- Осуществлять целенаправленную психическую саморегуляцию своего состояния

- Определять индивидуальные ритмы психической активности, работоспособности и психофизиологических процессов

Владеть:

- Методами диагностики и активации психических резервов человека

- Методами профилактики состояния десинхроноза

- Навыками целенаправленной психической саморегуляции функционального состояния человека

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа.