**Практическое занятие 8 Психофизиология стресса. Особенности разработки и реализации программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия населения и персонала организации» (6 часов).**

*Структура:*

Стресс как система адаптивных реакций организма.

Физиологический и психологический стрессы.

Общий адаптационный синдром.

*Содержание практического занятия*:

1.Перечислите действия норадреналина, адреналина, кортизола и пр. во время стресса

Методы обучения – объяснительно-иллюстративный метод, устные, письменные и графические упражнения.

Средства обучения – наглядные и графические (на маркерных и меловых досках), печатные (учебники и учебные пособия).

Для подготовки к практическому занятию рекомендуется следующая основная и дополнительная литература:

1. Соколова, Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении : учебное пособие для академического бакалавриата / Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 210 с. — (Бакалавр. Академический курс. Модуль). — ISBN 978-5-534-08318-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/psihofiziologiya-razvitie-ucheniya-o-mozge-i-povedenii-438142

2. Черенкова, Л. В. Психофизиология в схемах и комментариях : учебное пособие для академического бакалавриата / Л. В. Черенкова, Е. И. Краснощекова, Л. В. Соколова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 236 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-02934-5. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/psihofiziologiya-v-shemah-i-kommentariyah-438143

3. Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для среднего профессионального образования / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 396 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02441-8. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/vozrastnaya-fiziologiya-i-psihofiziologiya-437001](http://www.biblio-online.ru/book/vozrastnaya-fiziologiya-i-psihofiziologiya-437001)