**әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті**

**Философия және саясаттану факультеті**

**Жалпы және қолданбалы психология кафедрасы**

# Философия және саясаттану факультетінің

# Ғылыми кеңесінде бекітілді

№ \_\_\_ хаттама « » \_\_\_\_ 2022 ж.

Факультет деканы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Мейрбаев Б.Б.

### ПӘННІҢ ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК КЕШЕНІ

«6B03107 «Психология» Стресс және денсаулық психологиясы

6B03107 - 4курс (күзгі)

Курс –4

Семестр – 1

Кредит саны – 5

**Алматы 2022 ж.**

Пәннің оқу-әдістемелік кешенін дайындаған психология ғылымдарының магистрі, аға оқытушы Борбасова Г.Н.

«6B03107» Психология мамандықтары бойынша білім беру бағдарламасы негізінде.

Жалпы және қолданбалы психологиякафедрасының мәжілісінде қаралып ұсынылды.

 « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, 2022 ж., хаттама № \_\_\_

Кафедра меңгерушісі \_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.К. Мынбаева

Факультеттің әдістемелік (бюро) кеңесінде ұсынылды.

« » \_\_\_\_\_\_\_\_\_, 2022 ж., хаттама № \_\_\_

Факультеттің әдістемелік кеңесінің төрайымы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.М. Құдайбергенова

**АЛҒЫ С­ӨЗ**

**Курстың қысқаша сипаттамасы** «Стресс және денсаулық психологиясы» курсында алған білімдері өз білім, іскерлік, дағдыларын өмірлік іс-әрекеттің түрлі сфераларында (тұлғалық, жанұялық, кәсіби-іскерлік, қоғамдық) пайдалану мүмкіндігін арттырады. Осы пәндi нақты оқу барысында алынған бiлiмдер нарықтық заман талаптарының қазіргі жағдайларында түрлі экономикалық жүйелерде басқару қызметтерін тиімді жүзеге асыру үшін көмегiн тигiзедi.

**Курстың мақсаты:** студенттерде стресс, оның себептері, көріністері, салдары, денсаулықтың психологиялық шарттары туралы жүйелік көзқарастарды туралы теориялық білімдерін қалыптастыру.

**Курстың міндеттері**: адам тұлғасын әртүрлі өзара қатынастар жүйесінде зерттеу және қатынастар жүйесіндегі қарым-қатынастың рөлі мен орнын түсіндіретін білімдерді беру. тұлғаның өзіне деген қатынасы, гендерлік, отбасылық, қатынастар жайлы психологиялық теориялық-практикалық білімдердің негізін қалыптастыру. Болашақ іс-әрекетте тиімді қарым-қатынас дағдыларын дамыту.

**Пререквизиттер:** “Әлеуметтік педагогикалық диагностика”, “Практикалық психология”, “Даму психологиясы”, «Психология және адам дамуы».

**Постреквизиттер:** «Практикалық әлеуметтік психология», «Әлеуметтік психотерапия», «.

**Студенттің негізгі құзіреттілігінің формалары:**

**Жалпы құзырет**: **когнитивті**: тұлғааралық қарым-қатынастың психологиялық ерекшеліктері жайлы базалық түсініктерін қазақ (орыс) және шетел тілдерінің бірінде тұрмыстық, ғылыми және кәсіби сферада пайдалану мен көрсете білу

**функционалды:** психология курсында берген білімдер негізінде өзіне қатынас, өзін қабылдау арқылы тұлғаның қатынастар жүйесін, мінез-құлық мәдениетін құруды кәсіби салада және өз өмірінде қолдана алу шеберлігін дамыту

**жүйелік:** білімдерді практикада қолдануда өз ойын, мотивация мәселесін меңгере алу, әрекетін басқарау алу, жоспарлай білу, тың ұсыныстар айта білу; сәттілікке ұмтылу, тапсырмаларды орындауда зерттеушілік дағдыларын көрсете білу, эсселер, реферат, презентацияларды жасай алуға дайын және икемді болу

**мета құзыреттілік:** әлеуметтік және жеке өз өмірінде, кәсіби іс-әрекетінде тұлғаралық қарым-қатынастың психологиялық аспектілерін түсінуге қабілетті болуды ұғыну, өз беттілі тәуелсіз болуға ұмтылу, рефлексияға қабілеттілік, жетістіктерді дұрыс бағалай алуға, жағдайларды адекватты талдауға үйрену.

**әлеуметтік (мінез-құлықтық) құзырет**: психологиясының фундаменталды жағдайларын, қатынастар жүйесін реттеуге, қарым-қатынаста рационалды болу, конфликтінің алды алу, әлеуметтік сезім мен жауапкершілікті ұғынуға қабілетті болу, командада жұмыс жасай алу, адами қатынас мәселесін шеше алу, сол мәселені тұжырымдай алу, қорытынды жасау, негіздей алу, өз көз қарасында тұру, оппоненттерді сендіре алу, сенімді қатынас жасай алу ептілігін меңгеру.

**Бакалавр мыналарды білуі қажет:** психология ғылымының теориялық-практикалық-қолданбалы ерекшеліктерін талдау, бағалау, негіздей алу мәселесін; базалық теориялары мен концепциялары жайлы жазылған қазіргі ғылыми жаңа әдебиеттерді түсіну

**Бакалавр мыналарды меңгеруі қажет:**  ғылыми әдебиеттер мен білімінің қайнар көздерін оқу үшін қажетті ізденіс; білімдерді талдау, тәжірибеде тексеру іс-әрекетін; әртүрлі қатынас жүйесінің психологиялық аспектілерін кәсіби зерттеулерде, кәсіби іс-әрекетте және жеке өмірінде қолдана алу тиімділігін арттыруда өз бетінше логикалық түрде жүйелеуді, талдауды, қорытындылауды, ақпараттық технологияларды кеңінен білуді және өз уақытын тиімді басқара алуды меңгеруі қажет.