

**Учебный (тематический) план  
программы повышения квалификации  
«Формирование стрессоустойчивости специалиста в современном мире»**

№ п/п	Название разделов курса	Всего часов	Виды учебных занятий, учебных работ		Самосто- ятельная работа	Формы контроля
			Лекции	Практи- ческие занятия		
1	Стресс как психологическое и физиологическое явление	8	2	4	2	
2	Причины, характеристики и последствия стресса в профессиональной деятельности	12	2	4	4	Тести- рование
3	Профилактика профессиональног о стресса и укрепление психологического здоровья человека	12	4	4	6	
4	Итоговый контроль	4				Зачет
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>4</b>