

**НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ОСВІТИ  
КАФЕДРА УПРАВЛІННЯ ЛЮДСЬКИМ ФАКТОРОМ**

**ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ**

з дисципліни «Клініко-психологічні проблеми професійного  
стресу»

за спеціальністю 053 «Психологія»

Укладач:  
доцент кафедри управління людським  
фактором Олена СЕЧЕЙКО

Питання до заліку розглянуті та схвалені на  
засіданні кафедри управління людським фактором

Протокол № \_\_\_\_\_ від «\_\_\_»\_\_\_ 2022 р.

Завідувач кафедри

Людмила СИДОРЧУК

## Питання до заліку

Перелік типових питань до семестрового заліку.

1. Історичний вимір виникнення вчення про стрес.
  - а. Сутність стресу, його види, ступені вираження та стадії розвитку.
2. Теорії та моделі стресу.
3. Сучасне уявлення про стрес
4. Фізіологічні механізми стресу.
5. Особливості психологічного стресу.
6. Соціальний тиск та соціальна депривація як стресогенні фактори.
7. Загальні закономірності професійного стресу.
8. Професійні стреси представників окремих професій.
9. Травматичний стрес, його наслідки для організму.
10. Біохімія стресу.
11. Вплив стресу на роботу основних систем організму: серцево-судинної, м'язової, системи дихання, системи травлення, ендокринної системи.
12. Постстресові психосоматичні захворювання.
13. Загальні закономірності розвитку стресу.
14. Чинники розвитку стресу
15. Основні фази стресу та їх психофізіологічний механізм. Негативні наслідки стресу та криза горя.
16. Індивідуальні особливості поведінкової активності.
17. Стилi діяльності людини.
18. Фізіологічні основи стресостійкості.
19. Копінг стратегії та захисні механізми як прояв індивідуальних особливостей долаючої поведінки.
20. Особливі стани активації, спричинені умовами праці.
21. Нервово-психічна напруга.
22. Стомлення та перевтомлення. Гіподинамія та гіпокенезія.
23. Депривація та моногонія.
24. Причини виникнення та профілактика негативних функціональних станів в професійній діяльності.
25. Класифікація професійних захворювань та деформації.
26. Особливості проведення експертизи при професійних захворюваннях. Санітарно-гігієнічні та медико-профілактичні заходи щодо попередження розвитку професійних хвороб та їх прогресування.
27. Психологічна допомога співробітникам з професійними деформаціями та захворюваннями.
28. Феномен емоційного вигорання: причини, фази та наслідки.
29. Фактори демотивації при стресі. Принципи та прийоми підвищення професійної мотивації співробітників в ситуації дії стресових факторів.
30. Загальні підходи до нейтралізації та управління стресом.

31. Психологічна допомога у стані гострого стресу.
32. Превентивні заходи нейтралізації стресу.
33. Саморегуляція та самопрограмування як способи підвищення стресової витривалості особистості