**НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ**

**КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Зав. кафедри \_\_\_\_\_\_\_\_ Помиткіна Л.В.

 (підпис) (ПІБ)

«\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 р.

**ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ №\_\_\_\_**

***дисципліна «Проблеми управління інформаційним стресом****»*

\

Питання до екзамену розглянуті

та схвалені на засіданні кафедри

Протокол № \_\_\_\_ від «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017 р.

Екзаменатор: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

О.М.Ічанська

**Національний авіаційний університет**

**Навчально-науковий Гуманітарний інститут**

**Кафедра авіаційної психології**

**ПИТАННЯ ДО екзамену**

з дисципліни «Проблеми управління інформаційним стресом»

за спеціальністю 053 «Психологія»

Укладач:

 доцент кафедри авіаційної психології

О.М.Ічанська

 Пакет екзаменаційних питань розглянутий та схвалений на засіданні кафедри авіаційної психології

 Протокол № \_\_\_\_ від «\_\_\_»\_\_\_ 2017 р.

 Завідувач кафедри Л.В.Помиткіна

**Перелік екзаменаційних питань**

1. Визначення та етапи стресу.
2. Положення теорії стресу Сельє
3. Класифікація видів стресу.
4. Фізіологічні механізми стресу.
5. Форми прояву стресу
6. Основні теорії інформаційного стресу
7. Копінг-стратегії як способи подолання стресу. Теорія Лазаруса.
8. Роль індивідуальних психологічних характеристик у розвитку та подоланні стресу.
9. Професійний стрес: специфіка, основні детермінанти.
10. Вплив інформаційного стресу на психічні процеси та стани людини-оператора.
11. Інформаційне перевантаження: кількісний та якісний підхід.
12. Основні причини та прояви інформаційного стресу в учбовій діяльності.
13. Причини виникнення інформаційного стресу у операторів: семантичні, операціональні, часові, організаційні, технічні.
14. Особливості професійної діяльності авіадиспетчера як причина інформаційного стресу.
15. Поняття розумового навантаження в роботі людини оператора та його вплив на когнітивні функції.
16. Професійний стрес людини-оператора: причини, умови виникнення, профілактичні заходи.
17. Об'єктивні методи оцінки рівня стресу.
18. Експериментальні моделі і методи вивчення інформаційного стресу.
19. Характеристика поняття «стресостійкість» як психологічного феномена
20. Специфіка та засоби формування стресостійкості в умовах інформаційного перенавантаження.
21. Екстримальні умови в професійній діяльності як передумова стресу.
22. Стрес як фактор професійних деформацій.
23. Методи оптимізації рівня інформаційного стресу.
24. Психокорекційні методи боротьби з інформаційним стресом.
25. Напрямки профілактики інформаційного стресу.