

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	3
Глава 1. Функциональные состояния индивида: варианты развития, диагностические критерии, профилактика	5
1.1. Системно-структурная модель возникновения функционального состояния	5
1.2. Стресс: виды, подходы к изучению, признаки	8
1.3. Профессиональный стресс	18
1.4. Непатологические формы стрессовых реакций.....	27
1.5. Травматический стресс.....	37
1.6. Функциональные состояния массового характера: агрессия и паника	45
1.7. Психологические средства регуляции функциональных состояний	54
Глава 2. Диагностический инструментарий изучения функциональных состояний	63
2.1. Оценка стрессоустойчивости личности (Методика «Прогноз»).....	63
2.2. Изучение индивидуально-типологических особенностей (Опросник Л. Н. Собчик «ИТО»)	67
2.3. Диагностика уровня субъективного контроля (Опросник «УСК»).....	72
2.4. Изучение агрессивности индивида (Опросник Л. Г. Почебут).....	78
2.5. Оценка уровня реактивной и личностной тревожности (Опросник Ч. Д. Спилбергера, Ю. Л. Ханина).....	81
2.6. Диагностика вариантов поведения в ситуации стресса (Графическая методика «Человек под дождем»).....	86
Контрольные вопросы по разделам	93
Глоссарий	95
Литература	103