

Теории стресса

**Выполнил: студент
гр.13ЛЛ11 Афонин
Александр
Викторович**

**Преподаватель: к.м.н., д-нт,
Логинова Ольга
Александровна**

План.

- Генетически-конституциональная теория стресса
- Психодинамическая модель стресса
- Теория конфликтов
- Интегративная модель стресса
- Когнитивная теория стресса

Генетически-конституциональная теория стресса

Способность организма сопротивляться стрессу зависит от predetermined защитных стратегий функционирования вне зависимости от текущих обстоятельств. Исследования в данной области являются попыткой установить связь между генетическим складом (генотипом) и некоторыми физическими характеристиками, которые могут снизить общую индивидуальную способность сопротивляться стрессу.



Психодинамическая модель стресса

Основанная на положениях теории Зигмунда Фрейда. В своей теории он описал два типа зарождения и проявления тревоги, беспокойства: а) сигнализирующая тревога возникает как реакция предвосхищения реальной внешней опасности; б) травматическая тревога развивается под воздействием бессознательного, внутреннего источника. Наиболее ярким примером причины возникновения данного типа тревоги является сдерживание сексуальных побуждений и агрессивных инстинктов. Для описания результирующих симптомов этого состояния З. Фрейд ввел термин «психопатия повседневной жизни»



Теория конфликтов

Несколько моделей стресса отражают взаимосвязь поведения субъектов в обществе и состояния напряжения в отношениях, сопровождающих групповые процессы. Основные причины напряжения связаны с необходимостью членов общества подчиняться его социальным нормативам. Одна из теорий конфликта полагает, что предупреждение стресса должно основываться на предоставлении членам общества благоприятных условий для развития и большой степени свободы в выборе жизненных установок и позиций



Интегративная модель стресса

Центральное место в модели занимает проблема, требующая от человека принятия решения. Возникновение проблемы (трудностей с ее решением) сопровождается напряжением функций организма, – если проблема не решается, напряжение сохраняется или даже нарастает – развивается стресс. По мнению авторов способности человека в решении возникающих перед ним проблем зависят от ряда факторов: 1) ресурсов человека – его общих возможностей по разрешению различных проблем, 2) личного энергетического потенциала, необходимого для решения конкретной проблемы,.



Когнитивная теория стресса

Наиболее полно процессы зарождения, развития и проявления психологического стресса представлены в когнитивной теории стресса, основу которой составляют положения о роли субъективной познавательной оценки угрозы неблагоприятного воздействия и своей возможности преодоления стресса (Лазарус Р., 1970). Угроза рассматривается как состояние ожидания субъектом вредного, нежелательного влияния внешних условий и стимулов. «Вредоносные» свойства стимула (условий) оцениваются по характеристикам интенсивности воздействия, степени неопределенности значения стимула и времени воздействия, а также ресурсов индивида по преодолению такого воздействия.



Спасибо за внимание!