

Государственное казенное учреждение
Курганская областная
универсальная научная
библиотека им. А.К. Югова
Россия, 640651, г. Курган,
ул. Комсомольская, 30
тел.(3522) 46-53-48, факс: 46-62-73
<http://www.kounb.kurganobl.ru>
<http://pamyat.kurganobl.ru/>

КУРГАНСКАЯ
ОБЛАСТНАЯ
УНИВЕРСАЛЬНАЯ
НАУЧНАЯ



БИБЛИОТЕКА
ИМЕНИ **А.К. ЮГОВА**

Центр чтения

СТРЕСС

Виды, причины, профилактика

Курган, 2016

Стресс. Виды, причины, профилактика : список лит. / Курган. обл. универс. науч. б-ка им. А. К. Югова ; Центр чтения. – Курган, 2016. – 10 с.

Статьи из периодических изданий

Горобец, Т. Н. Стресс: сущность, функция, значение [Текст] / Т. Н. Горобец, О. И. Жданов // Мир психологии. - 2008. - № 4. - С. 45-54. - Библиогр. в конце ст.: 7 назв.

Ротенберг В.С. Сон и стресс / В.С. Ротенберг, Л.А. Китаев-Смык // Вопросы психологии.- 2009.- №5.- С.64-74.

Бойко, Ю. П. Практическая психотерапия выживания в большом городе [Текст] / Ю.П. Бойко, В.И. Петрушин. - [Б. м. : б. и.], 2004 // Класный руководитель. - 2004. - N 4, 6-7.

Постылякова, Ю. В. Ресурсы совладания со стрессом в разных видах профессиональной деятельности [Текст] / Ю. В. Постылякова. - [Б. м. : б. и.], 2005 // Психологический журнал. - 2005. - N 6. - С. 35-43.

Рахманова, С. Уходим от стресса [Текст] / С. Рахманова. - [Б. м. : б. и.], 2007 // Студенческий меридиан. - 2007. - N 1. - С. 72-73.

Величковский, Б. В. Комплексная диагностика индивидуальной устойчивости к стрессу в рамках модели "состояние - устойчивая черта" [Текст] / Б. В. Величковский, М. И. Марьин. - [Б. м. : б. и.], 2007 // Вестник Моск.ун-та. Сер.14: Психология. - 2007. - N 2. - С. 34-46.

Падун, М. А. Психологический дистресс у лиц с различными когнитивными стилями [Текст] / М. А. Падун, Е. А. Загряжская. - [Б. м. : б. и.], 2007 // Психологический журнал. - 2007. - N 6. - С. 30-39.

Падун, М. А. Регуляция эмоций : процесс, формы, механизмы [Текст] / М. А. Падун // Психологический журнал. - 2010. - № 6. - С. 57-69.

Александровский, Ю. А. Социальные катаклизмы и психическое здоровье [Текст] / Ю. А. Александровский // СОЦИС : социол. исслед. - 2010. - № 4. - С. 99-104. - (Социология здоровья и медицины).

Давлетшина, Р. М. Эмоциональная культура как фактор активизации здоровьесозидающего потенциала личности [Текст] / Р. М. Давлетшина, А. Г. Маджуга // Alma mater (Вестник высшей школы). - 2012. - № 7. - С. 85-92.

Стресс у педагогов

Ванакова, Г. В. Как совладать со стрессом [Текст] / Г. В. Ванакова // Народное образование. - 2012. - № 6. - С. 251-257.

Калашникова, М. Б. Копинг-стратегии учителей [Текст] / М. Б. Калашникова, Ю. С. Широкова // Педагогика. - 2011. - N 3. - С. 50-57

Котова, С. А. Профилактика и коррекция психосоматических реакций на стресс у педагогов [Текст] / С. А. Котова, В. А. Кулганов // Народное образование. - 2011. - № 1. - С. 255-261

Шебеко, В. Если вас охватил стресс: бежать от него или управлять им? [Текст] / В. Шебеко // Дошкольное воспитание. - 2009. - № 12. - С. 10-16.

- Зими́рева, М. Э. Повышение стрессоустойчивости педагогов [Текст] / М. Э. Зими́рева // Дошкольная педагогика. - 2012. - № 9. - С. 58-61.
- Кущеева, Е. Л. Как победить профессиональный стресс в педагогической деятельности учителя? [Текст] / Е. Л. Кущеева // Начальная школа. - 2015. - № 3. - С. 9-14.
- Нижегородова, Л. А. Профилактика стрессовых состояний у педагогов образовательных учреждений [Текст] / Л. А. Нижегородова // Народное образование. - 2015. - № 4. - С. 200-203.
- Соловцова, Е. Уйдем от стресса [Текст] / Е. Соловцова. // Народное образование. - 2004. - N 6. - С. 240-247.
- Роголев, А. Компьютер, педагог, стресс [Текст] : психологические условия, обеспечивающие успешность обучения педагогов работе на компьютере / А. Роголев, М. Мокаева // Учитель. - 2004. - N 6. - С. 86-88.
- Журавлев, Д. Аттестационный стресс : причины и последствия [Текст] / Д. Журавлев. - [Б. м. : б. и.], 2005 // Народное образование. - 2005. - N 5. - С. 96-98.
- Новгородова, А. Режиссура школьного урока [Текст] / А. Новгородова // Директор школы. - 2005. - N 2. - С. 49-52.
- Пряжников, Н. С. Эмоциональное выгорание и личностные деформации в психолого-педагогической деятельности [Текст] / Н. С. Пряжников // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. - 2014. - № 4. – С. 33-43.
- Смирнов, Н.К. Здоровье учителя: возможности самосовершенствования/ Н.К. Смирнов // Школа и производство. - 2006. - №5. - С. 2-5.
- Золотова, Т.Н. Профилактика и коррекция синдрома «эмоционального выгорания как один из путей оптимизации педагогической деятельности /Т.Н.Золотова//Коррекционная педагогика. – 2007. - №1 – С.50-52.
- Борисова,М.В. Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов / М.В.Борисова// Вопросы психологии. - 2005. - №2. - С. 96-104.
- Савостьянов, А. Учимся бороться с неотрагированными эмоциями / А.Савостьянов // Учитель. - 2004. - №5. - С. 80-83.
- Журавлёва, Г. «Эмоциональное выгорание» в педагогической деятельности / Г.Журавлёва // Народное образование. - 2008. - № 5. - С. 114-120.
- Нежкина, Н. Охраняем здоровье учителя и ученика / Н.Нежкина, Н.Смирнова, М. Майорова // Народное образование. - 2008. - №9. - С. 209-215.
- Ефремов, К. Эмоциональное выгорание и как с ним бороться / К.Ефремов // Народное образование. – 2005. - №3. - С. 118-122.
- Тюников,Ю.С. Страхи и фобии педагогов / Ю.С. Тюников, М.А.Мазниченко // Директор школы. - 2005. - №1. - С. 31-34.

Коган, В.З. Учитель - профессия повышенного риска / В.З.Коган // Директор школы. - 2007. - №1. - С. 101-106.

Уроки здоровья. Условия труда и здоровье учителя // Директор школы. – 2008. - №6. - С. 99–103.

Степанова, М. Контролируйте свой голос / М.Степанова // Директор школы. - 2006. - №3. - С. 99-101.

Харитонов, Л.А. Способы самооздоровления / Л.А.Харитонов // Начальная школа. - 2007. - № 3. - С. 59-62.

Ефремов, К. Стресс - первобытный, цивилизованный, школьный [Текст] / К. Ефремов. - [Б. м. : б. и.], 2004 // Народное образование. - 2004. - N 1. - С. 160-166.

Стресс у детей и подростков

Ванакова, Г. В. Как совладать со стрессом [Текст] / Г. В. Ванакова // Народное образование. - 2012. - № 6. - С. 251-257.

Смирнова, Е. Стрессы в школе [Текст] / Е. Смирнова. - [Б. м. : б. и.], 2007 // Воспитание школьников. - 2007. - N 7. - С. 39-41.

Сунтеева, Ж. В. Работа с негативными эмоциональными переживаниями и высокой тревожностью [Текст] / Ж.В. Сунтеева. - [Б. м. : б. и.], 2007 // Школьные технологии. - 2007. - N 2. - С. 147-155.

Науменко, Ю. В. Профилактика стрессов и укрепление эмоционального здоровья подростков [Текст] / Ю.В. Науменко // Школьные технологии. - 2006. - N 1. - С. 91-104.

Науменко, Ю. В. Школьный стресс и рейтинговая оценка знаний и умений подростков [Текст] / Ю.В. Науменко. - [Б. м. : б. и.], 2006 // Школьные технологии. - 2006. - N 2. - С. 173-180.

Гончарова, С. С. Опросник "способы преодоления негативных ситуаций" - метод диагностики психологического преодоления в раннем юношеском возрасте [Текст] / С. С. Гончарова. - [Б. м. : б. и.], 2006 // Журнал практического психолога. - 2006. - N 6. - С. 132-147.

Ульянова, А. Психологические занятия по формированию стрессоустойчивости [Текст] : для учащихся IX-XI классов / А. Ульянова // Воспитание школьников. - 2008. - № 9. - С. 40-42. - Библиогр. в конце ст.: 3 назв.

Зубова, С. А. Стресс в жизни человека [Текст] : (урок для 9-го класса) / С. А. Зубова // ОБЖ. Основы безопасности жизни. - 2013. - № 1. - С. 11-14 : табл. - (Методические материалы).

Корягина, О. П. Как жить в условиях стресса [Текст] / О. П. Корягина // Воспитание школьников. - 2014. - № 5. - С. 16-21. - (Классному руководителю).

Сиротюк, А. Обучение без стресса : психофизиологическая подготовка [Текст] / А. Сиротюк // Дошкольное воспитание. - 2005. - N 1. - С. 76-85.

Степанова, М. И. Школьный стресс : причины, последствия, профилактика [Текст] / М.И. Степанова // Вестник образования России. - 2005. - N 10. - С. 62-66.

Степанова, М. И. Профилактика стресса [Текст] / М.И. Степанова // Вестник образования России. - 2005. - N 15. - С. 56-63.

Экзаменационный стресс у детей и подростков

Хавторина, Н. И. Переход без стресса в среднее школьное звено [Текст] / Н. И. Хавторина, Н. Е. Ракитина // Директор школы. - 2010. - № 3. - С. 64-66.

Чибисова, М. Психологическая подготовка к Единому государственному экзамену [Текст] / М. Чибисова // Народное образование. - 2008. - № 7. - С. 203-208. - (Технология и практика обучения).

Кадневский, В. О здоровьесберегающей функции ЕГЭ и немного больше [Текст] / В. Кадневский, Н. Гребенникова // Народное образование. - 2008. - № 8. - С. 111-117. - (Управление образованием).

Чибисова, М. Методический инструментарий психологической подготовки к ЕГЭ [Текст] / М. Чибисова // Народное образование. - 2008. - № 9. - С. 197-202. - (Технология и практика обучения).

Полюбите абитуриента! [Текст] // Открытая школа. - 2009. - № 3. - С. 9-12.

Осинцева, Н. В. ЕГЭ: психологическая подготовка выпускников [Текст] / Н. В. Осинцева // Директор школы. - 2010. - № 3. - С. 59-63. - (Организация учебного процесса).

Кучина, З. Б. Совладающее поведение студентов на экзамене (на примере интернет-экзамена) [Текст] / З. Б. Кучина // Журнал практического психолога. - 2010. - № 2. - С. 63-74.

Жученко, О. А. Адекватность прогноза исхода экзаменационной ситуации как ресурс стрессоустойчивости: теоретический аспект [Текст] / О. А. Жученко // Alma mater (Вестник высшей школы). - 2013. - № 7. - С. 117-119.

Абитов, И. Р. Психотерапия здравым смыслом [Текст] / И. Р. Абитов // Народное образование. - 2014. - № 9. - С. 214-219.

Балабан, М. Мания правоты. Глобальная болезнь образования [Текст] : как сделать школу более терпимой к переменчивому миру, где правильных ответов явно для всех не хватает / М. Балабан // Народное образование. - 2006. - N 1. - С. 34-43.

Владимирская, О. Д. Как готовить себя к сдаче экзаменов [Текст] / О.Д. Владимирская. - [Б. м. : б. и.], 2006 // Открытая школа. - 2006. - N 2. - С. 33-37

Клюхина, Н. М. Как противостоять стрессу при подготовке к экзаменам [Текст] : родительское собрание / Н.М. Клюхина. - [Б. м. : б. и.], 2006 // Открытая школа. - 2006. - N 2. - С. 38-39.

Кузнецова, Н. Как снять предэкзаменационную тревожность [Текст] / Н. Кузнецова // Воспитание школьников. - 2008. - № 3. - С. 47-50.

Дубинина, Т. А. Классный час "Как правильно готовиться и сдавать экзамены : советы психолога" [Текст] / Т. А. Дубинина // Классный руководитель. - 2008. - № 3. - С. 82-87. - (Психологический аспект работы классного руководителя).

Степанова, М. И. Экзаменационная пора : советы врача [Текст] / М. И. Степанова // Директор школы. - 2008. - № 4. - С. 102-106. - (Уроки здоровья).

Стресс у дошкольников

Островская, Т. В. Игровая методика введения детей в условия детского сада [Текст] / Т. В. Островская // Психологическая наука и образование. - 2008. - № 3. - С. 99-106. - (Инновационные модели в работе с детьми дошкольного возраста).

Стресс у детей и подростков. Книжные издания

74.200.54 С56 1259636

Советова, Е. В. Оздоровительные технологии в школе [Текст] / Е. В. Советова. - Ростов на Дону : Феникс, 2006. - 288 с. - (Здравствуй, школа!). - ISBN 5-222-09314-X : 186.00 р.
Гл. 5.2 Развитие навыков саморегуляции и управления стрессом

88.835 И85 1253516

Исаев, Д. Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей [Текст] / Д. Н. Исаев. - СПб. : Речь, 2005. - 400 с. - (Мэтры мировой психологии). - ISBN 5-9268-0342-X : 169.60 р.

88.835 Ш 64 1263088 - ЧЗ

Широкова, Г. А. Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста [Текст] / Г. А. Широкова. - Ростов н/Д : Феникс, 2005. - 304 с. - (Школа развития). - 4000 экз. - ISBN 5-222-07291-6 (в пер.) : 57.00 р.

88.840.302 П86 1246967

Психология подростка [Текст] : полное руководство / ред. А. А. Реан. - СПб. : прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. - 432 с. - (Психологическая энциклопедия). - ISBN 5-93878-087-X : 245.96 р.

Гл.3 Особенности аффективной сферы подростка

88.834.02 С53 1230089

Снайдер, Ди. Практическая психология для подростков, или Как найти свое место в жизни [Текст] / Д. Снайдер. - М. : АСТ-пресс, 1997. - 288с. - ISBN 5-7805-0140-8 : 18.10 р.

88.835 К85 1227616 – АБ, 1227617 - ЧЗ

Кряжева, Н. Л. Развитие эмоционального мира детей [Текст] : популярное пособие для родителей и педагогов / Н. Л. Кряжева. - Ярославль : Академия развития, 1996. - 208с. - ISBN 5-7797-0022-2 : 13500.00 р.

Стресс у студентов

Аракелов, Г. Г. Стресс-факторы, влияющие на формирование психосоциальной устойчивости личности в период студенчества [Текст] / Г. Г. Аракелов, В. В. Аршинова, Г. Е. Жданов // Психологическая наука и образование. - 2008. - № 2. - С. 52-58. - (Проблемы психологии высшей школы).

Семенова, Е. В. Управление когнитивной деятельностью на основе физиопсихологических факторов [Текст] / Е. В. Семенова, Е. Д. Пушкарев // Теория и практика физ. культуры. - 2010. - № 1. - С. 3-7.

Монографии, сборники статей, учебники, учебные пособия

88.283 С 19 1284917-ЧЗ, 1284965-АБ

Сапольски, Р. Психология стресса [Текст] : пер. с англ. / Р. Сапольски. - 3-е изд. - СПб. : Питер, 2015. - 480 с. : ил. - (Мастера психологии). - ISBN 978-5-496-00997-3 : 945.50 р., 803.52 р.

88.33 П 86 1269146-АБ, 1269147-ЧЗ

Психофизиология [Текст] : учебник для вузов / ред. Ю. И. Александров. - 3-е изд., доп. и перераб. - СПб. : Питер, 2011. - 464 с. : ил. - (Учебники для вузов). - 2000 экз. - ISBN 978-5-94723-732-0 (в пер.) : 258.00 р.

Гл.16 Психофизиология стресса

88.7 П 86 1278792-АБ

Психология для медиков [Текст] / ред. И. В. Островская. - М. : ЭКСМО, 2009. - 256 с. - 3000 экз. - ISBN 978-5-699-31456-0 : 60.00 р.

88.52 Р 27 1262683-ЧЗ

Рахманова, С. М. Психологическая гимнастика [Текст] / С. М. Рахманова. - Ростов н/Д : Феникс, 2008. - 250 с. - (Психологический практикум). - 3000 экз. - ISBN 978-5-222-14105-2 (в пер.) : 76.00 р.

88.48 М42 1259730-ЧЗ, 1259729-АБ

Медицинская психология [Текст] : новейший справочник практического психолога / сост. С. Л. Соловьева. - М. : АСТ, 2007. - 575 с. - ISBN 978-5-17-039442-5 : 171.95 р.

88.352 Г27 1256913

Гейссельхарт, Р. Прощай, стресс! Лучшие техники релаксации [Текст] / Р. Гейссельхарт, К. Хофман-Буркарт. - 2-е изд. - М. : Омега-Л, 2006. - 118 с. - (Просто! Практично!). - ISBN 5-365-00125-7 : 66.20 р.

88.48 С 28 1262693-ЧЗ

Секач, М. Ф. Психология здоровья [Текст] : учебное пособие для вузов / М. Ф. Секач. - 2-е изд. - М. : Академический Проект, 2005. - 192 с. - (Gaudeamus). - 3000 экз. - ISBN 5-8291-0505-5 : 81.00 р.

Гл. 4 Влияние стресса на здоровье

88.53 В67 1253543-ЧЗ

Волков, Б. С. Конфликтология [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. - М. : Академический Проект, 2005. - 384 с. - (Gaudeamus). - ISBN 5-8291-0477-6 : 94.40 р.

Гл.2 Стратегия поведения в конфликте. Конфликт и стресс

88.352 А13 1253541

Абабков, В. А. Адаптация к стрессу [Текст] : основы теории, диагностики, терапии / В. А. Абабков, М. Перре. - СПб. : Речь, 2004. - 166 с. - (Психологический практикум). - ISBN 5-9268-0267-9 : 56.80 р.

51.204.0 я7 ПЗ1 1243681

Петрушин, В. И. Валеология [Текст] : учебное пособие / В.И. Петрушин, Н.В. Петрушина. - М. : Гардарики, 2003. - 432 с. - ISBN 5-8297-0102-2 : 88.55 р.

Гл. Психология кризисных ситуаций и методы их преодоление, §1 Психология стресса

88.4 К32 1238158-ЧЗ, 1278760-АБ

Квинн, В. Прикладная психология [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / Вирджиния Н. Квинн. - Изд.4-е международное. - СПб. : Питер, 2000. - 560 с. - (Учебник нового века). - ISBN 5-88782-395-X : 100.00 р.

51.204.0 я7 Б18 1234862

Байер, К. Здоровый образ жизни [Текст] / К. Байер, Л. Шейнберг. - М. : Мир, 1997. - 368с. - ISBN 5-03-002787-4 : 50.00 р.

Часть I Психическое здоровье, гл.3 Стресс и другие проблемы психического здоровья

88.352 А50 1221874

Алиев, Х. Защита от стресса. Как сохранить и реализовать себя в современных условиях [Текст] / Х. Алиев. - М. : Мартин. Полина, 1996. - 240с. - ISBN 5-88105-028-2 : 11610.00 р.

88.352 А35 1215689, 1218928

Азон, Б. Стресс излечим [Текст] / Б. Азон. - М. : КРОН-пресс, 1994. - 186с. - (Будьте здоровы). - ISBN 5-8317-0128-X : 4800.00 р.

88.352 Л47 1215837

Леонова, А. Б. Психопрофилактика стрессов [Текст] / А. Б. Леонова. - М. : Издательство МГУ, 1993. - 121с. - ISBN 5-211-02634-9 : 1250.00 р.

88.352 Ш85 1210415

Шрайнер, К. Как снять стресс. 30 способов улучшить свое самочувствие за 3 минуты [Текст] / К. Шрайнер. - М. : Прогресс, 1993. - 268с. - ISBN 5-01-003804-8 : 200.00 р.

52.525 Т95 1208181

Тьюбсинг, Д. Избегайте стрессовых ситуаций. [Текст] / Д. Тьюбсинг. - М. : Медицина, 1993. - 143с. - ISBN 5-225-00572-1 : 150.00 р.

51.204.0 В 19 1195087, 1195352

Васильев, В. Н. Здоровье и стресс [Текст] / В. Н. Васильев. - М. : Знание, 1991. - 158 с. - ISBN 5-07-000681-9 : 1.20 р.

52.525 Р 90 1161280, 1165925

Рутман, Э. М. Надо ли убегать от стресса? [Текст] / Э. М. Рутман. - М. : Физкультура и спорт, 1990. - 126 с. - ISBN 5-278-00117-8 : 0.55 р.

56.1я7 М71 167701-АБ

Мишин, Г. И. Три причины стресса: неврозы, половые расстройства, алкоголизм [Текст] / Г. И. Мишин. - 2-е изд. Доп. - Л. : Лениздат, 1990. - 160 с. - ISBN 5-289-00521-8 : 0.35 р.

52.525 Ч-65 1123587, 1124386

Чирков, Ю. Г. Стресс без стресса [Текст] / Ю. Г. Чирков. - М. : Физкультура и спорт, 1988. - 175 с. - (Наука - здоровью). - ISBN 5-278-00066-X : 0.60 р.

88.352 Т39 1121125

Тигранян, Р. А. Стресс и его значение для организма [Текст] / Р. А. Тигранян. - М. : Наука, 1988. - 172 с. - ISBN 5-02-003939-X : .45 р.

52.525 М 55 1094003

Механизмы развития стресса [Текст] : сборник статей. - Кишинев : Штиинца, 1987. - 221 с. - (Стресс: адаптация и функциональные нарушения). - 2.20 р.

52.525 Ф 95 1078879

Фурдуй, Ф. И. Физиологические механизмы стресса и адаптации при остром действии стресс-факторов [Текст] / Ф. И. Фурдуй. - Кишинев : Штиинца, 1986. - 238 с. - 3.40 р.

52.525 Э 15 1041820

Эверли, Дж. Стресс: природа и лечение [Текст] / Д. Эверли, Р. Розенфельд. - М. : Медицина, 1985. - 223 с. - 0.90 р.

88.352 В19 1022656

Василюк, Ф. Е. Психология переживания [Текст] : анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. - М. : МГУ, 1984. - 200 с. - .65 р.

52.525 С 89 940711

Судаков, К. В. Системные механизмы эмоционального стресса [Текст] / К. В. Судаков. - М. : Медицина, 1981. - 230 с. - 1.90 р.

52.525 К 59 950028

Кокс, Т. Стресс [Текст] / Т. Кокс. - М. : Медицина, 1981. - 213 с. - 1.60 р.

612.017 М 42 930555

Меерсон, Феликс Залманович. Адаптация, стресс и профилактика [Текст] / Ф. З. Меерсон. - М. : Наука, 1981. - 278 с. - 1.60 р.

88.352 С29 868787

Селье, Г. Стресс без дистресса [Текст] / Г. Селье. - М. : Прогресс, 1979. - 124 с. - (Обществ.науки за рубежом.Философия и социология). - ISBN 868787 : .25 р.

52.525 Р 17 754639

Разумов, С. А. Эмоциональный стресс, работоспособность и здоровье [Текст] / С. А. Разумов. - Л. : Знание, 1975. - 39 с. - 0.09 р.

88.33 С89 742127

Суворова, В. В. Психофизиология стресса [Текст] / В. В. Суворова. - М. : Педагогика, 1975. - 208 с. - ISBN 742127 : .67 р.

52.525 Э 57 596137

Эмоциональный стресс: физиологические и психологические реакции: медицинские, индустриальные и военные последствия стресса [Текст] / ред. Л. Леви. - Л. : Медицина, 1970. - 327 с. - 2.13 р.