

КОНТРОЛЬНЫЙ
ЭКЗЕМПЛЯР

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор
С.И. Коптева
« 18 » 07 2023 г.
Регистрационный № УД-31-04-31-2023 Уч.



ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальности:
1-23 01 04 Психология

2023 г.

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования I ступени ОСВО 1-03 04 03-2021 специальности 1-03 04 03 Практическая психология (утв.20.04.2022, № 82) и учебных планов специальности 1-03 04 03 Практическая психология (рег. № _____, утв. _____)

СОСТАВИТЕЛЬ:

Комкова Е.И., доцент кафедры психологии образования и развития личности учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Белановская О.В., заведующий кафедрой психологии педагогического мастерства ГУО «Республиканский институт высшей школы», кандидат психологических наук, доцент;

Пузыревич Н.Л., заведующий кафедрой социальной и семейной психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГУО «Средняя школа № 125 г. Минска»  А.М. Воловодова

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой психологии образования и развития личности (протокол № 12 от 18.05.2023)

Заведующий кафедрой



А.В. Музыченко

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

(протокол № 7 от 11.07. 2023)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист УМО БГПУ

 Е.В. Тихонова

Директор библиотеки

 Н.П. Сятковская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Психология здоровья» является дисциплиной компонента учреждения высшего образования первой ступени высшего образования по специальности 1-23 01 04 Психология.

Психология здоровья – это область научного знания, применяющая психологические теории и методы в сфере охраны здоровья, профилактики болезней, для идентификации этиологических факторов и критериев здоровья, а также для повышения эффективности работы системы здравоохранения и политики в области здоровья. Смежными с психологией здоровья дисциплинами являются клиническая психология и валеология. В отличие от клинической психологии, объектом психологии здоровья являются здоровые люди. В то время как валеология изучает само здоровье, психология здоровья занимается исследованием и разработкой способов контроля его психологических факторов. Важнейшим стимулом в развитии психологии здоровья стали результаты эпидемиологических исследований, позволившие выделить поведенческие факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний, а также установить влияние психологического благополучия на продолжительность и качество жизни.

Представленные в программе темы отражают как основные понятия и концепции психологии здоровья, так и ее наиболее актуальные теоретические и практические проблемы. Студенты не только получают теоретические знания о психологических факторах здоровья, но и приобретают базовые навыки их применения в процессе индивидуального психологического консультирования и психокоррекции, в работе с группами и организациями.

Перечень дисциплин, усвоение которых необходимо при изучении данной дисциплины: «Общая психология», «Социальная психология», «Медицинская психология» и «Специальная психология».

Целью курса является знакомство студентов с историей развития, теоретическими концепциями, практическими методами и актуальными прикладными проблемами психологии здоровья.

В процессе лекционных и практических занятий предполагается решить следующие **задачи**:

1. Дать характеристику понятию здоровья, выделить его критерии.
2. Рассмотреть историю развития и концептуальные основы психологии здоровья.
3. Раскрыть содержание основных психологических факторов здоровья.
4. Ознакомить студентов с практическими методами психологии здоровья и критериями оценки их эффективности.
5. Описать наиболее актуальные прикладные проблемы психологии здоровья.

Требования к уровню освоения содержания учебной дисциплины «Психология здоровья» определены в соответствии с образовательным стандартом высшего образования I ступени.

Изучение учебной дисциплины должно обеспечить формирование у студентов специализированной **компетенции СК-7**: Анализировать характер

влияния физических, биологических и социальных факторов окружающей среды, личности и поведения на здоровье человека.

В результате изучения учебной дисциплины «Психология здоровья» будущий специалист должен *знать*:

– виды и критерии здоровья; психологические факторы здоровья; историю развития психологии здоровья; предмет, задачи и методы исследования психологии здоровья, основные теоретические концепции психологии здоровья; практические методы психологии здоровья; актуальные прикладные проблемы психологии здоровья.

В результате изучения учебной дисциплины «Психология здоровья» будущий специалист должен *уметь*:

– применять практические методы психологии здоровья в процессе индивидуального и группового консультирования; исследовать психологические показатели и факторы здоровья; оказывать научно-методическую помощь специалистам системы здравоохранения и образования по вопросам повышения эффективности просвещения в сфере здоровья, пропаганды здорового образа жизни, профилактики заболеваний и рискованного поведения.

В результате изучения учебной дисциплины «Психология здоровья» будущий специалист должен *владеть*:

– профессиональными этическими нормами и стандартами поведения, индивидуально-психологическими и личностными особенностями людей разных возрастов, стилей их жизнедеятельности, познавательной и профессиональной деятельности, коммуникативными способностями и навыками эффективного взаимодействия с клиентом.

Учебная дисциплина «Психология здоровья» для студентов специальности «Психология» **дневной формы получения образования** преподается на III курсе в 5 семестре и рассчитана на 110 часов. Из них 54 часов аудиторных занятий: 28 часов лекционных занятий (из них 4 часа на УСРС), 26 часов практических занятий (из них 4 часа на УСРС). На самостоятельную работу студента отведено 56 часов. Форма промежуточной аттестации – экзамен.

Учебная дисциплина «Психология здоровья» для студентов специальности «Психология» **заочной формы получения образования** преподается на IV курсе в 8 семестре и рассчитана на 110 часов. Из них 12 часов аудиторных занятий: 8 часов лекционных занятий и 4 часа практических занятий. На самостоятельную работу студента отведено 98 часов. Форма промежуточной аттестации – экзамен.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Тема 1. Основные подходы к определению и исследованию здоровья

Интегративные и частные определения здоровья. Сущностные характеристики феномена здоровья: здоровье как состояние, здоровье как процесс, здоровье как способность, здоровье как ценность. Уровни и виды здоровья. Психическое, психологическое, социальное и соматическое здоровье. Критерии здоровья: показатели работы организма, способность к эффективному функционированию, способность к адаптации, к саморегуляции, отсутствие болезни, субъективное благополучие. Соотношение понятий «здоровье» и «благополучие». Научные и обыденные представления о здоровье. Специфика исследований здоровья в рамках различных наук: гигиены, валеологии, психиатрии, демографии, социологии, психологии, философии. Индивидуальное и общественное здоровье. Социальные, психологические и биологические показатели общественного здоровья.

Тема 2. Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья

Предмет и задачи психологии здоровья. Различные подходы к определению психологических факторов здоровья. Уровни теоретического объяснения в психологии здоровья: общепсихологические, внутридисциплинарные и частные концепции. Развитие концептуальных основ психологии здоровья. Психосоматический подход к объяснению здоровья и болезни. Стресс как основной опосредующий фактор в современных психосоматических моделях. Биопсихосоциальная модель (Дж Эйнджел) и особенности ее использования в психологии здоровья. Методы исследования в психологии здоровья. Основные теоретические и практические проблемы психологии здоровья на современном этапе.

Основания для классификации направлений психологии здоровья. Критическая и биомедицинская ориентация психологии здоровья. Ориентация на исследования индивидуального или общественного здоровья. Предмет исследования общественного здоровья в рамках биомедицинской ориентации: закономерности безопасного и рискованного поведения и социальные представления о здоровье, психологическая оценка эффективности профилактических программ. Критический подход в психологии общественного здоровья: выявление психологических факторов, опосредующих влияние социально-политических условий на общественное здоровье. Предмет исследования индивидуального здоровья в биомедицинской ориентации: индивидуально-психологические факторы безопасного и рискованного поведения, методы психофизиологической саморегуляции, индивидуальные когнитивные репрезентации здоровья и болезни. Предмет исследования индивидуального здоровья в рамках критического подхода: личностный смысл здоровья и болезни, телесность человека.

Тема 3. Социально-экономические факторы здоровья человека

История исследований социально-экономических факторов здоровья в рамках социальной гигиены и социологии здоровья. Социально-экономический статус и здоровье. Условия жизни как фактор развития заболеваний. Социальное неравенство как фактор развития заболеваний. Социальные различия в образе жизни и в отношении к здоровью. Проблема качества и доступности медицинских услуг. Теоретические концепции взаимосвязи социальных условий и здоровья человека. Основные задачи социальной политики в сфере охраны здоровья. Критический подход к анализу социально-экономических факторов здоровья: понятия биовласти и биополитики.

Тема 4. Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение

Поведенческие факторы риска в возникновении хронических заболеваний. Соотношение понятий «образ жизни», «стиль жизни» и «здоровый образ жизни». Компоненты здорового образа жизни и проблема их согласованности. История эмпирических исследований здорового образа жизни.

Понятия здорового и безопасного поведения. История эмпирических исследований безопасного поведения. Теория ожидаемой ценности как основа моделей безопасного и рискованного поведения. Основные факторы безопасного поведения: воспринимаемый риск, воспринимаемая стоимость поведения, воспринимаемый контроль. Статические и динамические (процессуальные) модели безопасного поведения.

Модель убеждений (М. Бекер, И. Розеншток). Теория мотивации самосохранения (Дж. Мэддокс). Теория целенаправленного поведения (А. Эйзен, М. Фишбейн). Интегративная превентивная модель в сфере персонального и общественного здоровья (Л. Кэльс, Л. Монтада). Транстеоретическая модель поведенческих изменений (Дж. Прохазка). Мультистадиальная модель поведенческих изменений (С. Липпке, Дж. Зегельманн).

Понятие рискованного поведения. Психологические факторы рискованного поведения. Рискованное поведение у представителей различных возрастных и социальных групп. Психологические факторы рискованного поведения.

Тема 5. Отношение к здоровью

Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения здоровья в отечественной науке (Г.С. Никифоров, И.В. Журавлева). Концепция отношений личности В. Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью. Отношение к здоровью как система ценностных суждений, составляющая мотивационную основу для ведения здорового образа жизни. Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью. Причины несоответствия между компонентами отношения к здоровью. Социальные и индивидуальные показатели отношения к здоровью. Историческая динамика отношения к здоровью. Национальные, культурные, гендерные и возрастные аспекты отношения к здоровью.

Тема 6. Индивидуальные и социальные представления о здоровье

Понятия грамотности в области здоровья и санитарной культуры. Показатели санитарной культуры. Показатели грамотности в области здоровья. Внутренняя картина здоровья. Основные закономерности формирования и распространения представлений о здоровье в социуме: теория социальных репрезентаций, концепция медиации. Источники социальных репрезентаций здоровья. Процесс популяризации научного знания и его роль в формировании социальных репрезентаций здоровья. Содержание социальных репрезентаций здоровья. Историческая динамика социальных репрезентаций здоровья. Понятие хэлсизма. Забота о теле как социокультурный феномен.

Тема 7. Личность и здоровье человека

Личностные факторы здоровья человека: жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля), стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения. Концепция личностных профилей (Ф. Данбар). Концепция поведенческих типов А и В (Г. Фридман, Р. Розенман). Поведенческий тип С (Т. Моррис, С. Гир). Поведенческий тип D (Дж. Денолле). Личностные черты и здоровье человека: концепция «Большой пятерки» (Л. Голдберг). Социальная поддержка и здоровье человека. Возможные механизмы связи личностных факторов и здоровья человека.

Тема 8. Практические методы психологии здоровья

Основные задачи психологической практики в сфере здоровья: повышение уровня субъективного благополучия, изменение отношения к здоровью на уровне индивида и общества, стимуляция безопасного поведения, повышение эффективности работы системы здравоохранения. Классификация практических методов психологии здоровья по механизмам их воздействия: когнитивно-бихевиоральные, эмоциогенные, соревновательно-вознаграждающие методы. Классификация методов психологии здоровья по целям их применения: методы поведенческих изменений, методы усиления самоконтроля, методы стимуляции коллективных изменений. Экологический и образовательный подходы к профилактике заболеваний. Комплексная модель построения профилактической программы (Л. Грин, М. Кретер). Проблема соотношения психологической теории и практики в сфере здоровья. Принципы психологической оценки эффективности профилактических программ.

Тема 9. Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья

Понятие сопротивления в психологии здоровья. Психологические и социальные факторы сопротивления профилактическим воздействиям. Гендерные, социоэкономические и индивидуально-психологические различия в уровне сопротивления.

Роль профилактических обследований и вакцинации в профилактике заболеваний. Психологические факторы, препятствующие обследованиям и вакцинации.

Репродуктивное поведение и репродуктивное здоровье. Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье. Роль психологических методов в профилактике абортов и инфекций, передающихся половым путем. Социально-психологические факторы, связанные с уровнем рождаемости.

Понятие о рациональном (здоровом) питании. Методы оценки оптимального веса. Индекс массы тела. Психологические факторы развития ожирения. Диетическое поведение и его последствия для здоровья. Диета как социальная практика. Психологические концепции диетического поведения.

Понятие о физической активности. Взаимосвязь физической активности и здоровья человека. Психологические факторы, определяющие уровень физической активности. Самоэффективность, социальные нормы и социальная поддержка как факторы физической активности. Динамические психологические модели физической активности.

Понятия злоупотребления психоактивными веществами и зависимости от психоактивных веществ. Виды психоактивных веществ. Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Факторы начала употребления психоактивных веществ. Методы профилактики употребления психоактивных веществ.

Безопасное поведение на дороге и на производстве. Когнитивные, мотивационные и характерологические факторы производственного травматизма. Стресс на работе: факторы возникновения и профилактика дезадаптивных состояний.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ
(дневная форма получения образования)**

№ раздела, темы, занятия	Наименование раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Самостоятельная работа	Методические пособия, средства	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Управляемая самостоятельная работа					
				Лек.	Практ.				
1.	Тема 1. Основные подходы к определению и исследованию здоровья	2	2			6			
1.1	1. Интегративные и частные определения здоровья. 2. Уровни и виды здоровья. 3. Психическое, психологическое, социальное и соматическое здоровье.	2				3	Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Фронтальный опрос
1.2	1. Социальные, психологические и биологические показатели общественного здоровья. 2. Сущностные характеристики феномена здоровья.		2			3	Конспект лекций, ЭУМК	[1,5,9,10,12,14,16]	Устный опрос
2	Тема 2. Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья	2	2			6			
2.1	1. Предмет и задачи психологии здоровья 2. Уровни теоретического объяснения в психологии здоровья. Развитие концептуальных основ психологии здоровья. 3. Основные теоретические и практические проблемы психологии здоровья на современном этапе.	2				3	Презентация, конспект лекций	[1,2,3,4,5,9,10,12,14,16]	Фронтальный опрос

2.2	1. Психосоматический подход к объяснению здоровья и болезни. 2. Стресс как основной опосредующий фактор в современных психосоматических моделях. 3. Биопсихосоциальная модель (Дж. Эйнджел) и особенности ее использования в психологии здоровья. 4. Методы исследования в психологии здоровья.		2			3	Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,3,4,5,9,10,12,14]	Устный опрос
3	Тема 3. Социально-экономические факторы здоровья человека	2	2			6			
3.1	1. История исследований социально-экономических факторов здоровья в рамках социальной гигиены. 2. История исследований социально-экономических факторов здоровья в рамках социологии здоровья. 3. Социально-экономический статус и здоровье. 4. Основные задачи социальной политики в сфере охраны здоровья.	2				3	Конспект лекций, ЭУМК	[6,7,11]	Проверка практических заданий
3.2	1. Условия жизни как фактор развития заболеваний. 2. Социальные различия в образе жизни и в отношении к здоровью. 3. Теоретические концепции взаимосвязи социальных условий и здоровья человека.		2			3	Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,6,9,10,12,14]	Устный опрос
3.3	Критический подход к анализу социально-экономических факторов здоровья.		2				ЭУМК	[1,16]	Рейтинговая контрольная работа № 1
4	Тема 4. Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение	2	2	2		6			

4.1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поведенческие факторы риска в возникновении хронических заболеваний. 2. Понятия здорового и безопасного поведения. 3. Основные факторы безопасного поведения: воспринимаемый риск, воспринимаемая стоимость поведения, воспринимаемый контроль. 4. Статические и динамические (процессуальные) модели безопасного поведения. 	2				3	Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,8,9,10,12,14]	Устный опрос
4.2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Модель убеждений (М. Бекер, И. Розеншток). 2. Теория мотивации самосохранения (Дж. Мэддокс). 3. Теория целенаправленного поведения (А. Эйзен, М. Фишбейн). 4. Интегративная превентивная модель в сфере персонального и общественного здоровья (Л. Кэльс, Л. Монтада). 5. Понятие рискованного поведения. Психологические факторы рискованного поведения. 		2			3	Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Письменная проверочная работа
4.3	Рискованное поведение у представителей различных возрастных и социальных групп. Психологические факторы рискованного поведения			2			Конспект лекций	[6,7,11]	Проверка модульного задания
5	Тема 5. Отношение к здоровью	2	2	2		6			
5.1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Здоровье в системе жизненных ценностей. 1. Концепция отношений личности В. Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью. 2. Отношение к здоровью как система ценностных суждений. составляющая мотивационную основу для ведения здорового образа жизни. 	2				2	Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,9,10,12,14]	
5.2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отношение к здоровью как мотивационная основа для ведения здорового образа жизни. Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью. 2. Причины несоответствия между компонентами отношения к здоровью. 3. Социальные и индивидуальные показатели отношения к здоровью. 		2			4	Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,11,14]	Устный опрос

5.3	1. Историческая динамика отношения к здоровью. 2. Национальные, культурные, гендерные и возрастные аспекты отношения к здоровью			2			Презентация	[6,7,11]	Проверка выполненного задания
6	Тема 6. Индивидуальные и социальные представления о здоровье	4	4		2	6			
6.1	1. Понятия грамотности в области здоровья и санитарной культуры. Показатели санитарной культуры. 2. Показатели грамотности в области здоровья. 3. Внутренняя картина здоровья.	4					Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Письменная самостоятельная работа
6.2	1. Основные закономерности формирования и распространения представлений о здоровье в социуме. 2. Теория социальных репрезентаций, концепция медиации. 3. Источники социальных репрезентаций здоровья. 4. Процесс популяризации научного знания и его роль в формировании социальных репрезентаций здоровья.		4				Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Тест
6.3	Содержание социальных репрезентаций здоровья.				2		ЭУМК	[1,16]	Проверка модульного задания
6.4	Историческая динамика социальных репрезентаций здоровья. Понятие хэлсизма. Забота о теле как социокультурный феномен.						Конспект лекций	[6,7,11]	Рейтинговая контрольная работа № 2
7	Тема 7. Личность и здоровье человека	2	2		2	6			

7.1	1. Личностные факторы здоровья человека. 2. Жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля). 3. Стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения.	2				3	Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Устный опрос
7.2	1. Концепция личностных профилей (Ф. Данбар). 2. Концепция поведенческих типов А и В (Г. Фридман, Р. Розенман). 3. Поведенческий тип С (Т. Моррис, С. Грив). 4. Поведенческий тип D (Дж. Денолле). 5. Личностные черты и здоровье человека.		2			3	Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Контрольный тест
7.3	1. Социальная поддержка и здоровье человека. 2. Возможные механизмы связи личностных факторов и здоровья человека.				2		ЭУМК	[1,16]	Проверка модульного задания
8	Тема 8. Практические методы психологии здоровья	4	2			8			
8.1	1. Основные задачи психологической практики в сфере здоровья. 2. Повышение уровня субъективного благополучия, изменение отношения к здоровью на уровне индивида и общества. 3. Стимуляция безопасного поведения, повышение эффективности работы системы здравоохранения.	4				4	Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14,15]	Письменная проверочная работа
8.2	1. Классификация практических методов психологии здоровья по механизмам их воздействия. 2. Классификация методов психологии здоровья по целям их применения. 3. Экологический и образовательный подходы к профилактике заболеваний.		2			4	Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14,15]	Письменная проверочная работа
9	Тема 9. Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья	4	2		2	6			

9.1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие сопротивления в психологии здоровья. 2. Психологические и социальные факторы сопротивления профилактическим воздействиям. 3. Гендерные, социоэкономические и индивидуально-психологические различия в уровне сопротивления. 	4				3	Конспек т лекций, ЭУМК	[1,2,4 ,5,9,1 0,12, 14]	Письменна я проверочн ая работа
9.2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие о рациональном (здоровом) питании. 2. Психологические концепции диетического поведения. Понятие о физической активности. 3. Психологические факторы, определяющие уровень физической активности. 4. Самоэффективность, социальные нормы и социальная поддержка как факторы физической активности. 		2			3	Презент ация, конспек т лекций	[1,2,4 ,5,9,1 0,12, 14]	Фронталь- ный опрос
	Всего	24	20	4	6	56			экзамен

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ
(заочная форма получения образования)**

№ раздела, темы,	Наименование раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов		Методические пособия, средства обучения	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические			
<i>4 курс, 8 семестр</i>						
1.	Тема 1. Основные подходы к определению и исследованию здоровья	2				
1.1	1. Интегративные и частные определения здоровья. 2. Уровни и виды здоровья. 3. Психическое, психологическое, социальное и соматическое здоровье.	2		Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,9, 10,12,14]	Фронтальный опрос
3	Тема 3. Социально-экономические факторы здоровья человека		2			
3.2	1. Условия жизни как фактор развития заболеваний. 2. Социальные различия в образе жизни и в отношении к здоровью. 3. Теоретические концепции взаимосвязи социальных условий и здоровья человека.		2	Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,6, 9, 10,12, 14]	Устный опрос
4	Тема 4. Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение	2				

4.1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поведенческие факторы риска в возникновении хронических заболеваний. 2. Понятия здорового и безопасного поведения. 3. Основные факторы безопасного поведения: воспринимаемый риск, воспринимаемая стоимость поведения, воспринимаемый контроль. 4. Статические и динамические (процессуальные) модели безопасного поведения. 5. 	2		Презентация, конспект лекций	[1,2,4,5,8,9,10,12,14]	Устный опрос
6	Тема 6. Индивидуальные и социальные представления о здоровье	2				
6.1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия грамотности в области здоровья и санитарной культуры. Показатели санитарной культуры. 2. Показатели грамотности в области здоровья. 3. Внутренняя картина здоровья. 	2		Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Письменная самостоятельная работа
7	Тема 7. Личность и здоровье человека		2			
7.2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Концепция личностных профилей (Ф. Данбар). 2. Концепция поведенческих типов А и В (Г. Фридман, Р. Розенман). 3. Поведенческий тип С (Т. Моррис, С. Грир). 4. Поведенческий тип D (Дж. Денолле). 5. Личностные черты и здоровье человека. 		2	Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14]	Контрольный тест
8	Тема 8. Практические методы психологии здоровья	2				
8.1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основные задачи психологической практики в сфере здоровья. 2. Повышение уровня субъективного благополучия, изменение отношения к здоровью на уровне индивида и общества. 3. Стимуляция безопасного поведения, повышение эффективности работы системы здравоохранения. 	2		Конспект лекций, ЭУМК	[1,2,4,5,9,10,12,14,15]	Письменная проверочная работа
	Всего	8	4			

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Психология здоровья [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-23 01 04 «Психология» / сост. Е. И. Комкова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/26823>. – Дата доступа: 04.07.2023.
2. Психология здоровья [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-23 01 04 «Психология» / сост. Н. Ф. Гребень // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/26823>. – Дата доступа: : 04.07.2023.

Дополнительная литература

1. Александер, Ф. Психосоматическая медицина: принципы и применение / Ф. Александер. – М. : КАНОН+, 2016. – 352 с.
2. Ананьев, В. А. Основы психологии здоровья / В. А. Ананьев. – СПб. : Речь, 2006. – [Кн. 1 : Концептуальные основы психологии здоровья] – 384 с.
3. Бовина, И. Б. Социальная психология здоровья и болезни / И. Б. Бовина. – М. : Аспект Пресс, 2008. – 263 с.
4. Вайнер, Э. Н. Валеология : учеб. для вузов / Э. Н. Вайнер. – М. : Флинта : Наука, 2011. – 445 с.
5. Журавлева, И. В. Отношение к здоровью индивида и общества / И. В. Журавлева. – М. : Наука, 2006. – 238 с.
6. Зайцева, Т. И. Подготовка учителя начальных классов к реализации здоровьесберегающих технологий [Электронный ресурс] / Т. И. Зайцева, З. М. Широкова // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/51053>. – Дата доступа: 27.07.2021.
7. Ключенович, В. И. Социальная индустрия здоровья / В. И. Ключенович, В. Г. Цыганков. – Минск : Тонпик, 2006. – 198 с.
8. Малейчук, Г. И. Психологическое здоровье личности: клинико-феноменологический подход / Г. И. Малейчук. – Брест : Брест. гос. ун-т, 2013. – 205 с.
9. Мартинковский, М. Здоровье и здоровый образ жизни в ценностных ориентациях молодежи / М. Мартинковский. – Минск : Технопринт, 2003. – 275 с.
10. Назарова, Е. Н. Здоровый образ жизни и его составляющие : учеб. пособие / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. – М. : Академия, 2007. – 256 с.
11. Осин, Е. Н. Чувство связности как показатель психологического здоровья и его диагностика / Е. Н. Осин // Психол. диагностика. – 2011. – № 3. – С. 22–40.
12. Психология здоровья : учеб. для вузов / Г. С. Никифоров [и др.] ; под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2006. – 608 с.
13. Психосоматика: телесность и культура : учеб. пособие для вузов / под ред. В. В. Николаевой. – М. : Акад. проект, 2009. – 311 с.

14. Секач, М. Ф. Психология здоровья / М. Ф. Секач. – М. : Акад. проект, 2015. – 192 с.

15. Фролова, Ю. Г. Психология и общественное здоровье: социально-психологические аспекты профилактики заболеваний / Ю. Г. Фролова. – Минск : Беларус. гос. ун-т, 2010. – 194 с.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов – это вид учебной деятельности студентов в процессе освоения образовательных программ высшего образования, осуществляемой самостоятельно вне аудитории с использованием различных средств обучения и источников информации.

Целью самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология здоровья» является:

- создание условий для реализации творческих способностей студентов;
- развитие академических, профессиональных, социально-личностных компетенций;
- активное включение в учебную, научную, общественную и инновационную деятельность;
- овладение студентами в процессе обучения научными методами познания, умениями и навыками выполнения самостоятельной работы, углубленное и творческое освоение учебного материала;
- формирование у студентов умений и навыков самостоятельного решения актуальных учебных, научных и инновационных задач;
- личностное развитие студентов в качестве субъектов образовательной и профессиональной деятельности.

Самостоятельная работа как важная составная часть образовательного процесса должна опираться на мотивацию студентов, доступность и качество научно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса, сопровождаться эффективной системой контроля и способствовать усилению практической направленности обучения.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

1. подготовительный (определение целей, подготовка методического обеспечения);
2. основной (использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);
3. заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, выводы о направлениях оптимизации труда).

При выполнении самостоятельной работы создаются условия, при которых обеспечивается активная позиция студентов в самостоятельном получении знаний и систематическом применении их на практике.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя, студент должен:

- освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу студентов и предложенный преподавателем;
- планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;

– самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой преподавателя;

– выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

Основными видами самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология здоровья» без участия преподавателя являются:

- написание рефератов на основе информационных образовательных ресурсов (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- подготовка практических разработок;
- подготовка письменных сообщений и компьютерных презентаций;
- авторские разработки.

Основными видами самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология здоровья» с участием преподавателя являются:

- текущие консультации;
- коллоквиум как форма контроля освоения теоретического содержания учебной дисциплины;
- выполнение учебно-исследовательской работы.

ЗАДАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов	Задание	Форма выполнения
4	Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение	2 лек.	<p>I модуль (уровень узнавания) Письменное сообщение на тему «Психологические факторы рискованного поведения».</p> <p>II модуль (уровень воспроизведения) Письменный анализ методов исследования рискованного поведения у представителей различных возрастных и социальных групп.</p> <p>III модуль (уровень применения полученных знаний) Составление аннотированного списка статей из научных журналов, отражающих теоретико-практические представления о здоровом образе жизни и рискованном поведении.</p>	<p>1 модуль - эссе</p> <p>2 модуль – аналитический письменный реферат</p> <p>3 модуль - список 10-15 научных статей</p>
5	Отношение к здоровью	2 лек.	<p>I модуль (уровень узнавания) Письменное сообщение на тему «Историческая динамика научного осмысления феномена «Здоровье».</p> <p>II модуль (уровень воспроизведения) Письменный анализ методов исследований национальных, культурных, гендерных и возрастных аспектов отношения к здоровью.</p> <p>III модуль (уровень применения полученных знаний) Составление аннотированного списка статей из научных журналов, отражающих национальные, культурные, гендерные и возрастные аспекты отношения к здоровью</p>	<p>1 модуль – реферативное сообщение</p> <p>2 модуль – аналитическая справка гендерных исследований</p> <p>3 модуль – список 10-15 научных статей</p>
6	Индивидуальные и социальные представления о здоровье	2 пр.	<p>I модуль (уровень узнавания) Написание реферата по теме: «Основные научные подходы к изучению феномена хэлсизма».</p> <p>II модуль (уровень воспроизведения) Составление каталога психодиагностического инструментария по исследованию здорового образа жизни.</p> <p>III модуль (уровень применения полученных знаний) Разработка авторской анкеты, направленной на выявление факторов</p>	<p>1 модуль - реферат</p> <p>2 модуль – комплекс психодиагностических методик</p> <p>3 модуль - анкета</p>

			препятствующих здоровому образу жизни.	
7	Личность и здоровье человека	2 пр.	<p>I модуль (уровень узнавания) Написание реферата по теме: «Забота о теле, как социокультурный феномен».</p> <p>II модуль (уровень воспроизведения) Подготовка компьютерной презентации, направленной на просвещение населения в сфере здоровья.</p> <p>III модуль (уровень применения полученных знаний) Представление авторской разработки, направленной на популяризацию научных знаний в формировании социальных репрезентаций здоровья.</p>	<p>1 модуль - реферат</p> <p>2 модуль - презентация</p> <p>3 модуль - тренинговая программа</p>
9	Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья	2 пр.	<p>I модуль (уровень узнавания) Выполнение реферата по теме: «Стресс на работе: факторы возникновения и профилактика дезадаптивных состояний».</p> <p>II модуль (уровень воспроизведения) Подготовка компьютерной презентации, направленной на просвещение населения в сфере здоровья на производстве.</p> <p>III модуль (уровень применения полученных знаний) Представление авторской тренинговой программы, направленной на профилактику психосоциального стресса на работе.</p>	<p>1 модуль - реферат</p> <p>2 модуль - презентация</p> <p>3 модуль - тренинговая программа</p>
	Всего	10		

Выполнение заданий I модуля обеспечивает получение не выше «6» баллов, II модуля - не выше «8», III модуля - «9» и «10».

ЗАДАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на СРС	Задание
1	Основные подходы к определению и исследованию здоровья	6	Составить конспект Причины возникновения и развития психологии здоровья как самостоятельной отрасли психологического знания
2	Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья	6	Составить конспект Психология здоровья - интересы и потребности. Влияние экономической среды на мотивацию здорового образа жизни
3	Социально-экономические факторы здоровья человека	6	Письменно ответить на вопросы: Социальные различия в образе жизни и в отношении к здоровью. Теоретические концепции взаимосвязи социальных условий и здоровья человека.
4	Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение	6	Составить кроссворд: 5 слов по горизонтали по терминологии ЗОЖ и 5 слов по вертикали на рискованное поведение.
5	Отношение к здоровью	6	Выполнить практическое задание Подготовить презентацию одной из предложенных концепций принятия решения отношения к здоровью.
6	Индивидуальные и социальные представления о здоровье	6	Составить кроссворд: 5 слов по горизонтали и 5 слов по вертикали по типам личности в отношении к здоровью
7	Личность и здоровье человека	6	Письменно выполнить задание: Составить психологический портрет здорового человека
8	Практические методы психологии здоровья	8	Выполнить практическое задание Подобрать методики оценки психологического здоровья личности
9	Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья	6	Письменно ответить на вопросы: Психологические факторы, определяющие уровень физической активности. Самоэффективность, социальные нормы и социальная поддержка как факторы физической активности.
	Всего	56	

РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»

1. Различные подходы к определению здоровья.
2. Уровни и виды здоровья. Психическое, психологическое, социальное и соматическое здоровье.
3. Критерии здоровья.
4. Понятие психологического благополучия.
5. Понятие общественного здоровья. Показатели общественного здоровья.
6. Специфика исследований здоровья в рамках различных наук.
7. Понятие демографической модернизации.
8. Основные факторы риска заболеваний и условия сохранения здоровья населения на современном этапе.
9. Краткая характеристика наук о здоровье.
10. Предпосылки развития психологии здоровья.
11. Начальный период развития психологии здоровья на постсоветском пространстве и за рубежом.
12. Предмет и задачи психологии здоровья.
13. Методы исследования в психологии здоровья.
14. Психосоматический подход к объяснению развития заболеваний и его трансформация в рамках психологии здоровья.
15. Биопсихосоциальная модель здоровья и болезни.
16. Критическая и биомедицинская ориентация в психологии здоровья.
17. Основные теоретические проблемы психологии здоровья на современном этапе.
18. Социально-экономические факторы здоровья человека.
19. Понятия биовласти и биополитики.
20. Поведенческие факторы риска в возникновении хронических заболеваний.
21. Понятия образа жизни, стиля жизни, здорового образа жизни. Компоненты здорового образа жизни.
22. Здоровое и безопасное поведение.
23. Модель ожидаемой ценности как концептуальная основа психологических исследований безопасного поведения.
24. Модель убеждений и теория мотивации самосохранения.
25. Теория целенаправленного поведения.
26. Интегративная превентивная модель в сфере личного и общественного здоровья.
27. Транстеоретическая модель поведенческих изменений и мультистадиальная модель поведенческих изменений.
28. Понятия риска и рискованного поведения.
29. Психологические концепции рискованного поведения.
30. Отношение к здоровью, его когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты.

31. Социальные и индивидуальные показатели отношения к здоровью.
32. Национальные, культурные, гендерные и возрастные аспекты отношения к здоровью.
33. Историческая динамика отношения к здоровью.
34. Грамотность в области здоровья: методы оценки и повышения.
35. Внутренняя картина здоровья.
36. Основные закономерности формирования и распространения представлений о здоровье в социуме: теория социальных репрезентаций, концепция медиации.
37. Источники социальных репрезентаций здоровья.
38. Содержание и историческая динамика социальных представлений о здоровье.
39. Забота о теле как социокультурный феномен. Понятие хэлсизма.
40. Основные личностные факторы здоровья человека.
41. Концепции поведенческих (личностных) типов в психологии здоровья.
42. Социальная поддержка и здоровье человека.
43. Личностные черты и здоровье человека: концепция «Большой пятерки».
44. Основные задачи психологической практики в сфере здоровья.
45. Теоретические основы психологической практики в сфере здоровья.
46. Практические методы психологии здоровья.
47. Экологический и образовательный подходы к профилактике заболеваний.
48. Комплексная модель построения профилактической программы (Л. Грин, М. Кретер).
49. Принципы психологической оценки эффективности профилактических программ.
50. Понятие сопротивления в психологии здоровья. Факторы сопротивления профилактическим воздействиям.
51. Влияние психоактивных веществ на здоровье человека.
52. Психологические факторы начала употребления психоактивных веществ.
53. Основные подходы к профилактике употребления психоактивных веществ.
54. Психологические факторы развития ожирения.
55. Психологические концепции диетического поведения.
56. Психологические факторы, связанные с отношением к вакцинации и профилактическим обследованиям.
57. Сексуальное и репродуктивное поведение, их влияние на общественное здоровье.
58. Психологические факторы вовлечения в физическую активность.
59. Стратегии стимуляции физической активности на индивидуальном и популяционном уровне.
60. Социокультурный контекст физической активности.
61. Психологические факты производственного травматизма.
62. Стресс в трудовой деятельности и его влияние на здоровье человека.

**Перечень используемых средств диагностики результатов учебной
деятельности**

Для диагностики компетенций используются следующие формы:

1. Устная форма: устный опрос, выполнение практико-ориентированных учебных заданий, решение проблемных ситуаций.
2. Письменная форма: тесты, аннотирование научных статей, заполнение таблиц.
3. Устно-письменная форма: экзамен.

Примеры компетентностно-ориентированных заданий

Компетентностно-ориентированное задание №1

Больная 50 лет в анамнезе черепно-мозговая травма с потерей сознания, в последние годы – повышение АД, гепатохолецистит, головные боли, утомляемость, плохой сон. Конфликтна, раздражительна, требовательна, эгоистична. Память ослаблена, интересы ограничены физиологическими потребностями и вопросами соматического здоровья, склонна к застреванию на неприятных эмоциональных переживаниях. Какой метод исследования наиболее оправдан для оценки психологического состояния данной пациентки:

- А) Наблюдение.
- Б) Естественный эксперимент.
- В) Лабораторный эксперимент.
- Г) Клиническая беседа.
- Д) Психодиагностическое исследование.

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание № 5

Один из пациентов стоматологического отделения постоянно конфликтует с другими больными и персоналом. Какой метод обследования наиболее оправдан для оценки психологического состояния данного пациента?

- А) Наблюдение.
- Б) Естественный эксперимент.
- В) Лабораторный эксперимент.
- Г) Клиническая беседа.
- Д) Психодиагностическое обследование.

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №3

Пациент психиатрического стационара стремится скрыть имеющиеся у него нарушения восприятия, говорит, что он здоров, его ничего не беспокоит. Какой метод обследования наиболее оправдан для оценки психического состояния пациента?

- А) Наблюдение.
- Б) Естественный эксперимент.
- В) Лабораторный эксперимент.
- Г) Психодиагностическое тестирование.
- Д) Ничего из указанного.

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №4

Мужчина 45 лет с впервые установленным диагнозом онкологического заболевания, после беседы с врачом, стал замкнутым, перестал общаться с соседями по палате, избегает встреч с родными, общий фон настроения снижен, больной тревожен, стал раздражительный, плохо спит ночью. Какой тип взаимосвязей между соматическим и психическим состоянием наблюдается у пациента?

- A. Психологические факторы как причина соматического заболевания.
- B. Психические расстройства, проявляющиеся соматическими симптомами.
- C. Психические последствия соматического заболевания.
- D. Психическое расстройство и соматическое заболевание, случайно совпавшие по времени.
- E. Соматические осложнения психических нарушений.

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №5

У больного 43 лет с хронически протекающим соматическим заболеванием при психологическом обследовании выявлены высокий уровень притязаний, выраженное влечение к достижению цели, стремление к конкурентной борьбе. Для пациентов, с каким заболеванием эти черты личности наиболее характерны?

- A. Ишемическая болезнь сердца
- B. Тиреотоксикоз
- C. Язвенный колит
- D. Бронхиальная астма
- E. Ревматоидный артрит

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №6

Больному с гипертонической болезнью врач объясняет причину его состояния, говорит, что данные расстройства у него носят функциональный характер, что они временны и при соответствующем систематическом лечении затронутая функция будет восстановлена. Как называется этот психотерапевтический подход?

- A. Поведенческая терапия
- B. Гипнотерапия
- C. Психоанализ
- D. Арт-терапия
- E. Рациональная психотерапия

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №7

У больного 32 лет при психологическом исследовании выявлено своеобразие характера с потребностью в защите, поддержке и опеке в сочетании с уважением к силе, самостоятельности и независимости, к которым он стремится. В результате

происходит столкновение двух взаимоисключающих потребностей (в опеке и самостоятельности), что приводит к неразрешимому конфликту. Для больных, с какими психосоматическими заболеваниями это наиболее характерно:

- A. Гастритом и язвенной болезнью
- B. Экземой и псориазом
- C. Артериальной гипертензией и ишемической болезнью сердца
- D. Неспецифическим язвенным колитом
- E. Бронхиальной астмой

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №8

Школьник 14 лет накануне годовой контрольной работы по алгебре, за результат которой очень переживал, так как не смог подготовиться из-за выступления на соревновании по волейболу, почувствовал недомогание, общую слабость, боль во всем теле без четкой локализации. Какая форма психологической защиты наблюдается у школьника?

- A. Вытеснение
- B. Сублимация
- C. Регрессия
- D. Соматизация
- E. Замещение

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №9

У больного 45 лет после перенесенных нескольких приступов стенокардии появилась тревога, фиксация на работе сердца, мысли о том, что он болен тяжелым сердечным заболеванием. Этот страх не проходит после клинического обследования и заверения врачей об отсутствии грубой сердечной патологии. У больного:

- A. Навязчивая идея
- B. Кардионевроз
- C. Кардиофобия
- D. Акцентуация характера
- E. Гиперестезии

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №10

Студентка 20 лет обратилась к врачу с жалобами на вздутие живота, позывы на дефекацию, учащение стула, которые появляются на фоне психоэмоциональных нагрузок во время сессии. В какой системе преобладают психосоматические реакции?

- A. В системе дыхания
- B. В пищеварительной системе
- C. В сексуальной сфере
- D. В мышечной системе

Е. В вегетативной системе
Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №11

Больному с формирующейся на фоне длительного перенапряжения на работе артериальной гипертензией врач рекомендует проведение лечения у психотерапевта. Какой из перечисленных методов наиболее целесообразен?

- А. Поведенческая терапия
- В. Обучение методам релаксации
- С. Психоанализ
- Д. Арт-терапия
- Е. Рациональная психотерапия

Обоснуйте свой ответ

Компетентностно-ориентированное задание №12

При каком из перечисленных заболеваний профилактика должна быть направлена на устранение и коррекцию эмоционального перенапряжения?

- А. Мочекаменная болезнь
- В. Гепатит
- С. Бронхиальная астма
- Д. Цистит
- Е. Пневмония

Обоснуйте свой ответ

**ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»
(дневная форма получения образования 3 курс Психология)**

№ раздела, темы, занятия	Наименование раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				
		Лекции	Практические занятия	Управляемая самостоятельная работа студентов		Самостоятельная работа студентов
				Лек.	Практ.	
1	Основные подходы к определению и исследованию здоровья	2	2			6
2	Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья	2	2			6
3	Социально-экономические факторы здоровья человека	2	2			6
4	Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение	2	2	2		6
5	Отношение к здоровью	2	2	2		6
6	Индивидуальные и социальные представления о здоровье	4	4		2	6
7	Личность и здоровье человека	2	2		2	6
8	Практические методы психологии здоровья	4	2			8
9	Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья	4	2		2	6
	Всего	24	20	4	6	56

**ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»
(заочная форма получения образования)**

№ раздела, темы, занятия	Наименование раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов		
		Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студентов
1	Основные подходы к определению и исследованию здоровья	2		10
2	Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья			12
3	Социально-экономические факторы здоровья человека		2	10
4	Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение	2		10
5	Отношение к здоровью			12
6	Индивидуальные и социальные представления о здоровье	2		12
7	Личность и здоровье человека		2	10
8	Практические методы психологии здоровья	2		10
9	Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья			12
	ВСЕГО	8	4	98

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»
С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номером протокола)
1	2	3	4
Общая психология	Общей и организационной психологии	Рассмотреть современные подходы к операционализации понятий	Протокол № 12 от 18.05. 2023 г.
Социальная психология	Социальной и семейной психологии	Акцентировать внимание на вопросах социализации здоровой личности	Протокол № 12 № 12 от 18.05. 2023 г.
Медицинская психология	Психологии образования и развития личности	Подобрать методы оценки личности с заболеваниями	Протокол № 12 № 12 от 18.05. 2023 г.
Специальная психология	Психологии образования и развития личности	Оценка параметров здоровья у людей с особенностями развития	Протокол № 12 № 12 от 18.05. 2023 г.