

Учреждение образования  
«Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»



УТВЕРЖДАЮ  
Ректор

*А.И. Жук* А.И. Жук

2024 г.

Регистрационный № УД - 30-04-81-2024 /уч.

## ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Учебная программа учреждения образования  
по учебной дисциплине для специальности:  
1 – 23 01 04 Психология  
специализация 1 – 23 01 04 12 Юридическая психология

2024 г.

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта высшего образования, утвержденного 20.04.2022, рег. №82, и учебного плана по специальности 1-23 01 04 «Психология», со специализацией 1-23 01 04 12 «Юридическая психология», утвержденного 07.05.2021, рег. № 789/23(ПС)уч.д.

#### СОСТАВИТЕЛИ:

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

И.М. Янчевская, преподаватель кафедры психологии образования и развития личности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

#### РЕЦЕНЗЕНТЫ:

А.М. Гадилия, доцент кафедры экономической социологии и психологии предпринимательской деятельности учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет», кандидат психологических наук, доцент;

С.А. Месникович, заведующий кафедрой психологического обеспечения профессиональной деятельности учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент

#### СОГЛАСОВАНО:

Директор ГУО  
«Средняя школа № 125 г. Минска»



А.М. Воловодова

#### РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой психологии образования и развития личности  
(протокол № 15 от 20.06.2024)

Заведующий кафедрой

А.В. Музыченко

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»  
(протокол № 9 от 16.07.2024).

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

Методист учебно-методического отдела  
Директор библиотеки

Е.В. Тихонова

Н.П. Сятковская

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Психология здоровья» предусмотрена образовательным стандартом и учебным планом подготовки студентов по специальности 1-23 01 04 «Психология», специализации 1 – 23 01 04 12 «Юридическая психология».

### **Цель и задачи учебной дисциплины**

Цель учебной дисциплины - знакомство студентов с историей развития, теоретическими концепциями, практическими методами и актуальными прикладными проблемами психологии здоровья.

Задачи учебной дисциплины:

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.

### **Место учебной дисциплины в системе подготовки специалиста с высшим образованием**

Учебная дисциплина относится к модулю «Прикладная психология 1» государственного компонента учреждения образования.

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

В результате освоения учебной дисциплины студент 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.

#### **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.

**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.

**Требования к компетенциям**

Освоение учебной дисциплины «Психология здоровья» должно обеспечить формирование у обучающихся следующих компетенций:

СК-2. Анализировать характер влияния физических, биологических и социальных факторов окружающей среды, личности и поведения на здоровье человека.

СК-6. Осуществлять профилактику конфликтов, рискованного, девиантного и суицидального поведения на основе фундаментальных знаний о его факторах и проявлениях.

Всего на изучение учебной дисциплины «Психология здоровья» отведено:

– для очной (дневной) формы получения высшего образования 100 часов, из них 52 аудиторных часа. Распределение часов по видам занятий: лекции – 18 часов, семинарские занятия – 16 часов, управляемая самостоятельная работа – 18 часов (10 часов лекций, 8 часов семинарских занятий).

Трудоемкость учебной дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с учебным планом по специальности в форме экзамена в 7 семестре.

## 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. Грир). 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. Крестер).

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 аборт 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»  
очная форма получения образования**

Номер раздела, темы	Название раздела, темы, вопросы по теме	Количество аудиторных часов				Самостоятельная работа студентов	Методические пособия, средства обучения	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Семинарские занятия	Управляемая самостоятельная работа студентов					
				Лекции	Семинарские занятия				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7 семестр									
<b>1</b>	<b>Основные подходы к определению и исследованию здоровья</b>	<b>2</b>				<b>4</b>			
<b>1.1</b>	1. Интегративные и частные определения здоровья. 2. Уровни и виды здоровья. 3. Психическое, психологическое, социальное и соматическое здоровье. 4. Социальные, психологические и биологические показатели общественного здоровья. 5. Сущностные характеристики феномена здоровья.	2				4	Презентация, конспект лекций	осн. [1], [2], [3], доп. [1], [8]	Работа с первоисточниками. Опорный конспект по теме
<b>2</b>	<b>Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>6</b>			
<b>2.1</b>	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		2		3	Презентация, конспект лекций	осн. [1], [3], доп. [1], [4], [7]	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	осн. [1], [3], доп. [1], [8], [9]	Доклады с презентацией
3	<b>Социально-экономические факторы здоровья человека</b>	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	осн. [1], [3], доп. [7], [9], [11]	Опорный конспект по теме
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	осн. [1], [3], доп. [7], [10], [11]	Доклады с презентацией. Письменная проверочная работа
4	<b>Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение</b>	2	2	2		6			
4.1	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		2		3	Презентация, конспект лекций	осн. [1], [3], доп. [1], [5], [6]	Устный опрос
4.2	1. Модель убеждений (М. Бекер, И. Розеншток). 2. Теория мотивации самосохранения (Дж. Мэддокс). 3. Теория целенаправленного поведения (А. Эйзен, М.		2			3	Конспект лекций, ЭУМК	осн. [1], [2],	Рейтинговая контрольная работа № 1

	Фишбейн). 4. Интегративная превентивная модель в сфере персонального и общественного здоровья (Л. Кэльс, Л. Монтада). 5. Понятие рискованного поведения. Психологические факторы рискованного поведения.							[3], доп. [1], [5], [6]	
<b>5</b>	<b>Отношение к здоровью</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>6</b>			
<b>5.1</b>	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		2	Презентация, конспект лекций	осн. [1], [3], доп. [3], [4], [7]	Опорный конспект по теме
<b>5.2</b>	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	осн. [1], [3], доп. [3], [4], [7]	Решение психологических задач
<b>6</b>	<b>Индивидуальные и социальные представления о здоровье</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>			
<b>6.1</b>	1. Понятия грамотности в области здоровья и санитарной культуры. Показатели санитарной культуры. 2. Показатели грамотности в области здоровья. 3. Внутренняя картина здоровья.	2		2		2	Конспект лекций, ЭУМК	осн. [1], [2], [3], доп. [1], [7], [11]	Опорный конспект по теме
<b>6.2</b>	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		2		2	2	Конспект лекций, ЭУМК	осн. [1], [2], [3], доп.	Интеллектуальные игры

	формировании социальных репрезентаций здоровья.							[1], [7], [11]	
<b>7</b>	<b>Личность и здоровье человека</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>6</b>			
<b>7.1</b>	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	осн. [1], [3], доп. [1], [4], [7]	Устный опрос
<b>7.2</b>	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		2	3	Конспект лекций, ЭУМК	осн. [1], [3], доп. [1], [4], [10]	Интеллектуальные игры
<b>8</b>	<b>Практические методы психологии здоровья</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>6</b>			
<b>8.1</b>	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				3	Конспект лекций, ЭУМК	осн. [1], [2] доп. [1], [7], [9]	Опорный конспект по теме
<b>8.2</b>	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		2	3	Конспект лекций, ЭУМК	осн. [1], [2], доп. [1], [9], [10]	Рейтинговая контрольная работа № 2
<b>9</b>	<b>Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>			

<b>9.1</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие сопротивления в психологии здоровья.</li> <li>2. Психологические и социальные факторы сопротивления профилактическим воздействиям.</li> <li>3. Гендерные, социоэкономические и индивидуально-психологические различия в уровне сопротивления.</li> </ol>	2		2		2	Конспект лекций, ЭУМК	осн. [1], [2], [3], доп. [1], [7]	Опорный конспект по теме
<b>9.2</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие о рациональном (здоровом) питании.</li> <li>2. Психологические концепции диетического поведения. Понятие о физической активности.</li> <li>3. Психологические факторы, определяющие уровень физической активности.</li> <li>4. Самоэффективность, социальные нормы и социальная поддержка как факторы физической активности.</li> </ol>		2	2	2	Презентация, конспект лекций	осн. [1], [2], [3], доп. [7], [10]	Доклады с презентацией	
	<b>Всего</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>48</b>			<b>экзамен</b>

## 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 : Белорус. гос. ун-т, 2010. – 194 с.

**Перечень заданий контрольных мероприятий управляемой  
самостоятельной работы студентов (УСР)  
по учебной дисциплине «Психология здоровья»**

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на УСР	Задание	Форма выполнения
1	Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья	2 лек.	<p><b>Уровень 1.</b> Написать конспект статьи: В.Н. Касаткин, А.А. Бочавер «Актуальные проблемы психологии здоровья».</p> <p><b>Уровень 2.</b> Составить проверочные вопросы по тексту статьи: В.Н. Касаткин, А.А. Бочавер «Актуальные проблемы психологии здоровья».</p> <p><b>Уровень 3.</b> Сделать викторину на основе информации из статьи: В.Н. Касаткин, А.А. Бочавер «Актуальные проблемы психологии здоровья»</p>	<p><b>Уровень 1.</b> Конспект статьи</p> <p><b>Уровень 2.</b> Проверочные вопросы</p> <p><b>Уровень 3.</b> Викторина</p>
2	Здоровый образ жизни, безопасное и рискованное поведение	2 лек.	<p><b>Уровень 1.</b> Написать письменное сообщение на тему: «Психологические факторы рискованного поведения».</p> <p><b>Уровень 2.</b> Сделать письменный анализ методов исследования рискованного поведения у представителей различных возрастных и социальных групп.</p> <p><b>Уровень 3.</b> Составить аннотированный список статей из научных журналов, отражающих теоретико-практические представления о здоровом образе жизни и рискованном поведении</p>	<p><b>Уровень 1.</b> Реферативное сообщение</p> <p><b>Уровень 2.</b> Аналитическая справка</p> <p><b>Уровень 3.</b> Список 10-15 научных статей</p>
3	Отношение к здоровью	2 лек.	<p><b>Уровень 1.</b> Написать письменное сообщение на тему: «Историческая динамика научного осмысления феномена «Здоровье».</p> <p><b>Уровень 2.</b> Сделать письменный анализ методов исследований национальных, культурных, гендерных и возрастных аспектов отношения к здоровью.</p> <p><b>Уровень 3.</b> Составить аннотированный список статей из научных журналов,</p>	<p><b>Уровень 1.</b> Реферативное сообщение</p> <p><b>Уровень 2.</b> Аналитическая справка</p> <p><b>Уровень 3.</b> Список 10-15 научных статей</p>



			отражающих национальные, культурные, гендерные и возрастные аспекты отношения к здоровью	
4	Индивидуальные и социальные представления о здоровье	2 лек.	<p><b>Уровень 1.</b> Написать письменное сообщение на тему: «Содержание социальных репрезентаций здоровья».</p> <p><b>Уровень 2.</b> Подготовить компьютерную презентацию на тему: «Историческая динамика социальных репрезентаций здоровья».</p> <p><b>Уровень 3.</b> Написать эссе на тему: «Быть здоровым, чтобы жить или жить, чтобы быть здоровым»</p>	<p><b>Уровень 1.</b> Реферативное сообщение</p> <p><b>Уровень 2.</b> Презентация</p> <p><b>Уровень 3.</b> Эссе</p>
5	Индивидуальные и социальные представления о здоровье	2 сем.	<p><b>Уровень 1.</b> Написать реферат на тему: «Основные научные подходы к изучению феномена хэлсизма».</p> <p><b>Уровень 2.</b> Составить каталог психодиагностического инструментария по исследованию здорового образа жизни.</p> <p><b>Уровень 3.</b> Разработать авторскую анкету, направленную на выявление факторов, препятствующих здоровому образу жизни</p>	<p><b>Уровень 1.</b> Реферат</p> <p><b>Уровень 2.</b> Комплекс психодиагностических методик</p> <p><b>Уровень 3.</b> Анкета</p>
6	Личность и здоровье человека	2 сем.	<p><b>Уровень 1.</b> Написать реферат на тему: «Забота о теле как социокультурный феномен».</p> <p><b>Уровень 2.</b> Подготовить компьютерную презентацию, направленную на просвещение населения в сфере здоровья.</p> <p><b>Уровень 3.</b> Представить авторскую разработку, направленную на популяризацию научных знаний в формировании социальных репрезентаций здоровья</p>	<p><b>Уровень 1.</b> Реферат</p> <p><b>Уровень 2.</b> Презентация</p> <p><b>Уровень 3.</b> Авторская разработка</p>
7	Практические методы психологии здоровья	2 сем.	<p><b>Уровень 1.</b> Написать реферат на тему: «Классификация методов психологии здоровья по целям их применения».</p> <p><b>Уровень 2.</b> Подготовить компьютерную презентацию на тему: «Экологический и</p>	<p><b>Уровень 1.</b> Реферат</p> <p><b>Уровень 2.</b> Презентация</p> <p><b>Уровень 3.</b> Профилактическая программа</p>

			образовательный подходы к профилактике заболеваний» <b>Уровень 3.</b> Разработать программу по профилактике детского травматизма	
8	Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья	2 лек.	<b>Уровень 1.</b> Написать письменное сообщение на тему: «Роль вакцинации в профилактике заболеваний». <b>Уровень 2.</b> Составить перечень социально-психологических факторов, препятствующих вакцинации. <b>Уровень 3.</b> Сделать брошюру для родителей о важности вакцинации	<b>Уровень 1.</b> Реферативное сообщение <b>Уровень 2.</b> Перечень факторов <b>Уровень 3.</b> Брошюра
9	Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья	2 сем.	<b>Уровень 1.</b> Написать реферат на тему: «Стресс на работе: факторы возникновения и профилактика дезадаптивных состояний». <b>Уровень 2.</b> Подготовить компьютерную презентацию, направленную на просвещение населения в сфере здоровья на производстве. <b>Уровень 3.</b> Представить авторскую тренинговую программу, направленную на профилактику психосоциального стресса на работе	<b>Уровень 1.</b> Реферат <b>Уровень 2.</b> Презентация <b>Уровень 3.</b> Тренинговая программа
	<b>Всего</b>	<b>18</b>		

Выполнение заданий 1 уровня (уровень узнавания) - оценивается в пределах 5-6 баллов.

Выполнений заданий 2 уровня (уровень воспроизведения) – оценивается в пределах 7-8 баллов.

Выполнение заданий 3 уровня (уровень применения полученных знаний) – оценивается в пределах 9-10 баллов.

## **Методические рекомендации по организации самостоятельной (внеаудиторной) работы студента по учебной дисциплине «Психология здоровья»**

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.

**Требования к выполнению самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов по учебной дисциплине «Психология здоровья» очная (дневная) форма получения образования**

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1	Основные подходы к определению и исследованию здоровья	4	Составить конспект Причины возникновения и развития психологии здоровья как самостоятельной отрасли психологического знания	Конспект
2	Концептуальные основы и направления современной психологии здоровья	6	Составить конспект Психология здоровья - интересы и потребности. Влияние экономической среды на мотивацию здорового образа жизни	Конспект
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.	Ответы на вопросы
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.	Кроссворд
5	Отношение к здоровью	6	Выполнить практическое задание: Подготовить презентацию одной из предложенных концепций принятия решения отношения к здоровью.	Презентация
6	Индивидуальные и социальные представления о здоровье	4	Составить кроссворд: 5 слов по горизонтали и 5 слов по вертикали по типам личности в отношении к здоровью	Кроссворд
7	Личность и здоровье человека	6	Письменно выполнить задание: Составить психологический портрет здорового человека	Психологический портрет
8	Практические методы психологии здоровья	6	Выполнить практическое задание: Подобрать методики оценки психологического здоровья личности	Банк методик

9	Актуальные проблемы прикладной психологии здоровья	4	Письменно ответить на вопросы: Психологические факторы, определяющие уровень физической активности. Самоэффективность, социальные нормы и социальная поддержка как факторы физической активности.	Ответы на вопросы
	Всего	48		

## **Перечень используемых средств диагностики результатов учебной деятельности**

Для диагностики компетенций используются следующие формы:

Устная форма: устные опросы, доклады с презентацией на семинарах.

Письменная форма: рефераты, эссе, глоссарий, конспекты, таблицы, тесты, практикоориентированные задания, оценивание на основе рейтинговой системы.

Устно-письменная форма: интеллектуальные игры, экзамен.

Для текущего контроля качества усвоения знаний студентами используется следующий диагностический инструментарий.

*Устный опрос.*

При оценивании устного опроса внимание обращается на: достоверность ответа, его соответствие вопросу, степень раскрытия темы, аргументированность ответа, самостоятельность суждений.

*Выступление с докладом на семинарском занятии.*

При оценивании доклада внимание обращается на: степень раскрытия темы; количество использованной научной литературы; достоверность информации доклада (точность, обоснованность, наличие ссылок на источники информации); достаточность информации.

*Защита подготовленного студентом реферата.*

При оценивании реферата внимание обращается на: содержание и последовательность изложения; соответствие и полноту раскрытия темы; самостоятельность суждений и оформление.

*Написание эссе.*

При оценивании эссе внимание обращается на: степень раскрытия темы, соответствие структуре; самостоятельность суждений и аргументации; ясность, лаконичность изложения.

*Предоставление составленного глоссария по понятиям темы.*

При оценивании глоссария внимание обращается на: точность и достоверность информации; отражение контекста, в котором может быть употреблен данный термин.

*Написание конспекта.*

При оценивании конспекта внимание обращается на: соответствие конспекта плану содержания источника; отражение в конспекте основных положений источника и наличие выводов; ясность, лаконичность изложения.

*Составление таблиц и схем.*

При оценивании таблиц и схем внимание обращается на: логические связи; указание изучаемых объектов; компактность и лаконичность записей.

*Выполнение практикоориентированных заданий.*

При оценивании практикоориентированных заданий внимание обращается на: соответствие выполненного задания теоретическим положениям и профессиональной направленности, степень

самостоятельности, возможность применения предложенного решения в практической деятельности.

*Составление и проведение тестов, интеллектуальных игр.*

При оценивании тестов, интеллектуальных игр внимание обращается на: оригинальность идеи, соответствие учебной цели, степень вовлеченности и взаимодействия игроков, адекватный уровень сложности.



**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.

## Примеры компетентностно-ориентированных заданий

### Компетентностно-ориентированное задание № 1

Больная 50 лет. В анамнезе черепно-мозговая травма с потерей сознания, в последние годы – повышение АД, гепатохолицистит, 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 № 2

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?

- А) Психологические факторы как причина соматического заболевания.
  - Б) Психические расстройства, проявляющиеся соматическими симптомами.
  - В) Психические последствия соматического заболевания.
  - Г) Психическое расстройство и соматическое заболевание, случайно совпавшие по времени.
  - Д) 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?

- А. Ишемическая болезнь сердца
  - В. Тиреотоксикоз
  - С. Язвенный колит
  - Д. Бронхиальная астма
  - Е. 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?

- А. Поведенческая терапия
  - В. Гипнотерапия
  - С. Психоанализ
  - Д. Арт-терапия
  - Е. Рациональная психотерапия
- Обоснуйте свой ответ

## **Критерии оценки результатов учебной деятельности**

Критерии оценки знания и компетенций студентов по 10-балльной шкале:

### **1 балл – один:**

- отсутствие знаний и компетенций в рамках учебной программы дисциплины «Психология здоровья» или отказ от ответа.

### **2 балла – два:**

- фрагментарные знания в рамках учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- знание отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой дисциплины;
- неумение использовать научную терминологию дисциплины;
- наличие в ответе грубых стилистических и логических ошибок;
- пассивность на семинарских занятиях;
- низкий уровень культуры исполнения заданий.

### **3 балла – три:**

- недостаточно полный объем знаний в рамках учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- использование научной терминологии;
- изложение ответа на вопросы с существенными лингвистическими и логическими ошибками;
- слабое владение инструментарием учебной дисциплины некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач;
- неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой дисциплины;
- пассивность на семинарских занятиях, низкий уровень культуры исполнения заданий.

### **4 балла – четыре:**

- достаточный объем знаний в рамках учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- использование научной терминологии;
- стилистическое и логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач;

- умение под руководством преподавателя решать стандартнее ( типовые) задачи;
- умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им оценку;
- работа под руководством преподавателя на семинарских занятиях;
- допустимый уровень культуры исполнения заданий.

**5 баллов – пять:**

- достаточные знания в объеме учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- использование научной терминологии;
- стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- работа на семинарских занятиях, участие в групповых обсуждениях;
- высокий уровень культуры исполнения заданий.

**6 баллов – шесть:**

- достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- использование необходимой научной терминологии;
- стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно применять типовые решение в рамках учебной программы;
- усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- активная самостоятельная работа на семинарских занятиях, периодическое участие в групповых обсуждениях;
- высокий уровень культуры исполнения заданий.

**7 баллов – семь:**

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- использование научной терминологии, в том числе на иностранном языке;
- лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопросы;
- умение делать обоснованные выводы;

- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- самостоятельная работа на семинарских занятиях, участие в групповых обсуждениях;
- высокий уровень культуры исполнения заданий.

**8 баллов – восемь:**

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем поставленным вопросам в объеме учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;
- владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы;
- усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- активная самостоятельная работа на семинарских занятиях, систематическое участие в групповых обсуждениях;
- высокий уровень культуры исполнения заданий.

**9 баллов – девять:**

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы дисциплины «Психология здоровья»;
- точное использование научной терминологии;
- стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы;
- полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- самостоятельная работа на семинарских занятиях, творческое участие в групповых обсуждениях;
- высокий уровень культуры исполнения заданий.

**10 баллов – десять:**

- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы дисциплины «Психология здоровья», а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;
- точное использование научной терминологии, в том числе на иностранном языке,
- стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;
- безупречное владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач;
- выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации;
- полное и глубокое усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой дисциплины;
- творческая самостоятельная работа на семинарских занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.



## ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
Общая психология	Общей и организационной психологии	Рассмотреть современные подходы к операционализации понятий	Протокол №15 от 20.06.2024 г.
Социальная психология	Социальной и семейной психологии	Акцентировать внимание на вопросах социализации здоровой личности	Протокол №15 от 20.06.2024 г.
Медицинская психология	Психологии образования и развития личности	Подобрать методы оценки личности с заболеваниями	Протокол №15 от 20.06.2024 г.
Специальная психология	Психологии образования и развития личности	Оценка параметров здоровья у людей с особенностями развития	Протокол №15 от 20.06.2024 г.