

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Бурденко Игорь Александрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.11.2024 14:32:15
Уникальный идентификатор:
691eebef920311be661648f97525a2a21a8756

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ И.И. БУРДЕНКО» МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

УТВЕРЖДАЮ
Декан лечебного факультета
д.м.н. О.Н. Красноруцкая
02 апреля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«Психология здоровья»**

для специальности **37.05.01 Клиническая психология**
форма обучения **очная**
факультет **лечебный**
кафедра **психологии и поведенческой медицины**
курс **3**
семестр **5**
лекции **8 часов**
практические занятия **60 часов**
самостоятельная работа **73 часов**
зачет с оценкой **3 часа в 5 семестре**
всего часов **144 часа (4 ЗЕ)**

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования-специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденного Приказом Министра науки и высшего образования Федерации № 683 от 26.05.2020 г. (Далее – ФГОС ВО (3++)).

Рабочая программа по дисциплине «Психология здоровья» обсуждена на заседании кафедры Психологии и поведенческой медицины ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко 06.02.2024. (протокол №5).

Зав. кафедрой
психологии и поведенческой медицины

Кудашова Е.А.

Рецензенты:

Доктор медицинских наук, профессор кафедры
психиатрии с наркологией ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

С.Н. Подвигин

Кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой педагогики и гуманитарных дисциплин
ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

И.Е. Плотникова

Программа одобрена на заседании ЦМК по координации преподавания специальности «Лечебное дело» от 02.04.2024 года, протокол №4

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель – формирование у обучающихся системных знаний о здоровье человека и психологии здоровья, об истории развития подходов к здоровью в психологии, об основных понятиях, теориях и направлениях исследований в этих областях.

Задачи:

- изучение основных понятий психологии здоровья, сущность, структуру, исторический аспект развития дисциплины;
- изучение структуры индивидуально-психологических особенностей человека;
- изучение механизмов формирования установок, направленных на здоровый образ жизни, гармоничное развитие, продуктивное преодоление жизненных трудностей;
- формирование практических навыков по использованию знаний в области психологии здоровья в своей профессиональной деятельности;
- использование критериев психического и социального здоровья для оценки его состояния;
- ознакомление с прогнозированием изменений и оценкой их динамики в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида;
- получение навыков делового общения и взаимодействия с работниками смежных специальностей.

2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Учебная дисциплина «Психология здоровья» относится к блоку Б1 базовой части образовательной программы высшего образования по направлению «Клиническая психология»; изучается в пятом семестре.

2.1 Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки (представленные в таблице), формируемые предшествующими дисциплинами: Общая психология, Психология развития и возрастная психология.

№	Наименование дисциплины	Знания	Умения	Навыки
1	Психология развития и возрастная психология	- основные закономерности психического развития; - периодизации психического развития.	- коммуницировать с лицами различных возрастных групп; - определять стадию психического развития.	- навыки коммуникации и психологического обследования лиц различных возрастных групп.

2	Общая психология	- основные психические функции; - индивидуальные особенности личности.	- использовать психологический инструментрий для оценки высших психических функций.	- владеть методами исследования психических функций.
---	------------------	---	---	--

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать:

- структуру, предмет и задачи психологии здоровья как науки, ее основные проблемах;
- технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья людей;
- социально-психологические явления, их виды;
- закономерности, факторы и механизмы социальной адаптации в конфликтных и правозначимых ситуациях;
- основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;
- особенности взаимодействия с работниками в области охраны психического здоровья, с работниками экспертных организаций и учреждений социальной защиты населения;
- приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях, чрезвычайных ситуаций;
- критерии психического здоровья;
- теории философии относительно здоровья;
- медицинскую этику, деонтологию, заболевания и их осложнения, связанные с действиями медицинского персонала (ятрогении);
- стратегии совладания со стрессом в нестандартных ситуациях;
- особенности организации коммуникации с лицами с ограниченными возможностями здоровья;
- приемы психологической защиты личности от негативных, травмирующих переживаний;
- базовые технологии осуществления психологического консультирования населения в целях психопрофилактики, сохранения и улучшения психического и физического здоровья, формирования здорового образа жизни, а также личностного развития.

2. Уметь:

- применять и систематизировать, полученные на предшествующих дисциплинах знания, в области психологии, поведенческой медицины и психологии здоровья;

- анализировать социально-психологические явления и выбирать оптимальные формы поведения и психологического воздействия в различных ситуациях;
- анализировать клинические случаи с точки зрения современных научных парадигм, осмысливать и делать обоснованные выводы из новой научной и учебной литературы, результатов экспериментов, клинических рекомендаций, стандартов и законопроектов в сфере здравоохранения;
- организовывать взаимодействие на основе средств, доступных для лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- прогнозировать изменения и оценивать их динамику в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида;
- использовать психологические знания в своей профессиональной деятельности;
- определять личностные диспозиции в формировании здоровья человека;
- использовать критерии психического и социального здоровья для оценки его состояния;
- определять факторы, влияющие на образ жизни.

3. Владеть/быть в состоянии продемонстрировать:

- способностями анализировать, выбирать оптимальные формы поведения и психологического воздействия в различных ситуациях;
- основами формирования у населения позитивного поведения, направленного на формирование здорового образа жизни, в том числе здорового питания, достаточного уровня физической активности, отказа от потребления табака, наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача, и пагубного потребления алкоголя;
- основами санитарного просвещения для профилактики отдельных заболеваний в виде бесед перед началом приема больных в поликлинике, во время групповых профилактических приемов, при работе с семьей больного;
- оценивать состояние психологического здоровья по научным критериям;
- технологиями психологическое консультирование населения в целях психопрофилактики, сохранения и улучшения психического и физического здоровья, формирования здорового образа жизни, а также личностного развития.

Номер компетенции	Краткое содержание и характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенций	Индекс достижения	Результаты образования
1	2	3	4
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения	ИД-1 УК-7 Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на	Знать : психологические основы поддержания здоровья и физической активности, в том числе особенности развития личности в период нормативных кризисов.

	<p>полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>укрепление здоровья, профилактику заболеваний</p>	<p>Уметь : применять техники психологической саморегуляции для поддержания оптимального уровня физической и психоэмоциональной подготовки. Владеть: навыками анализа влияния нормативных кризисов на физическое и психологическое здоровье для эффективной организации своей деятельности</p>
		<p>ИД-3 УК-7 Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания</p>	<p>Знать: основы психологического благополучия и его влияние на профессиональную деятельность в контексте нормативных кризисов. Уметь: адаптировать стратегию физической подготовки в зависимости от этапа нормативных кризисов и личных особенностей. Владеть: техниками повышения мотивации к физической активности, обеспечивающей гармоничное прохождение этапов нормативных кризисов и поддержание здорового образа жизни.</p>
<p>ОПК-6</p>	<p>Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду</p>	<p>ИД-1 ОПК-6</p>	<p>Знать: психологические основы консультирования и неврачебной психотерапии, в том числе с учетом прохождения клиентами нормативных кризисов. Уметь: применять методы диагностики и коррекции психологических состояний, связанных с нормативными кризисами, в рамках индивидуального и семейного консультирования. Владеть: навыками разработки программ психологической помощи с учетом специфики нормативных кризисов в</p>

	профессиональной деятельности клинического психолога		индивидуальной, семейной и групповой работе.
		ИД-2 ОПК-6 Формирует комплексные программы предоставления психологической помощи по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию	Знать: методы и принципы организации группового консультирования, направленного на преодоление кризисных этапов нормативного развития. Уметь : разрабатывать и реализовывать программы групповой поддержки для эффективного прохождения нормативных кризисов. Владеть: методами взаимодействия с группой для повышения эффективности консультирования и психотерапии в условиях нормативных кризисов.
		ИД-3 ОПК-6 Разрабатывает, реализует и экспертирует программы по неврачебной психотерапии	Знать : основные подходы к семейному консультированию с учетом особенностей нормативных кризисов, происходящих в семье и у её членов. Уметь: разрабатывать комплексные программы психологического сопровождения семей, проходящих через этапы нормативных кризисов. Владеть: техниками работы с мотивацией клиентов на поддержание психоэмоционального благополучия в условиях нормативных кризисов, применяя их в консультативной практике.
ОПК-9	Способен осуществлять психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения уровня их психологической грамотности и	ИД-1 ОПК-9 Разрабатывает программы психологической профилактики для различных категорий населения с целью повышения уровня их психологической грамотности и	знать основные теории и подходы в области психологии здоровья, включая понятие нормативных кризисов, и их влияние на различные возрастные категории. Специалист должен уметь применять психолого-профилактические методы для повышения психологической грамотности и культуры различных групп населения. Владеть техниками диагностики и профилактики нормативных кризисов, а также

культуры, формирования научно-обоснованных знаний и представлений о роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых проблем и задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	культуры, формирования научно-обоснованных знаний и представлений о роли психологии в решении социально- и индивидуально значимых проблем и задач в сфере охраны здоровья и смежных с ней областей	навыками разъяснения их сути для повышения осведомленности и адаптационных возможностей человека.
	ИД-2 ОПК-9 Осуществляет психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения уровня их психологической грамотности и культуры	необходимо знать механизмы психологической адаптации личности в процессе прохождения нормативных кризисов, учитывая их влияние на общее психическое и физическое здоровье. Специалист должен уметь разрабатывать и реализовывать программы профилактики, направленные на поддержание психического здоровья в условиях нормативных кризисов. Владеть методами организации и проведения просветительских мероприятий по вопросам роли психологии в решении индивидуально значимых задач в сфере охраны здоровья.
	ИД-3 ОПК-9 Осуществляет психолого-профилактическую деятельность среди различных категорий населения с целью повышения уровня их психологической грамотности и культуры	Знать: основные принципы формирования научно-обоснованных представлений о влиянии нормативных кризисов на здоровье и благополучие человека. Уметь: формировать у населения осознанное отношение к профилактике и адаптации в период нормативных кризисов. Владеть: навыками консультационной работы и поддержания обратной связи с целевой аудиторией для более эффективного воздействия на психологическое состояние людей в условиях кризисных ситуаций.

ПК-2	Управление деятельностью психологического консультирования населения и трудовых коллективов	ИД-2 ПК-2 Контроль и мониторинг эффективности результатов психологического консультирования населения и трудовых коллективов	<p>Знать:</p> <p>Основные понятия и положения психологии труда, организационной психологии и психологии управления</p> <p>Основные понятия и положения супервизионной деятельности психолога</p> <p>Основные методы оценки результатов и эффективности труда, системы и формы стимулирования труда</p> <p>Уметь:</p> <p>Анализировать результаты деятельности по психологическому консультированию</p> <p>Контролировать применение методов, процедур, инструментов психологического консультирования</p> <p>Контролировать результаты оценки квалификации работников и непосредственных исполнителей, участвующих в процессе психологического консультирования</p> <p>Контролировать применение методических рекомендаций по совершенствованию процесса психологического консультирования</p> <p>Владеть:</p> <p>Методами проведения мониторинга эффективности процесса психологического консультирования населения и трудовых коллективов</p> <p>Навыками осуществления контроля деятельности непосредственных исполнителей по договорам реализации мероприятий психологического консультирования</p> <p>Навыками осуществления контроля использования методов и инструментов психологического консультирования населения и трудовых коллективов</p> <p>Навыками осуществления контроля реализации мероприятий и применения методических рекомендаций по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов</p>
------	---	---	---

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

4.1. Общая трудоёмкость дисциплины «Психология здоровья» составляет 4 зачётных единицы – 144 часа.

№ п/п 1	Раздел учебной дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающегося и трудоёмкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Семинары	Самост. работа	
1	Психология здоровья: современное состояние и перспективы развития.	5		8	60		73	В, Т, З
2	Зачет с оценкой	3						В, Т, З
	Итого: 144	2		8	60		73	

4.2 Тематический план лекций

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Часы
1	Междисциплинарный статус и специфика предмета Психология	- Ознакомиться со значением психологических знаний для жизни	Предмет, объект психологии здоровья. История развития психологии здоровья. Основные этапы развития психологии здоровья; предмет науки и методы его изучения.	2

	здоровья: современное состояние и перспективы развития.	и деятельности современного специалиста. - Рассмотреть психологию здоровья как новое научное направление. - Рассмотреть основные теории отечественной и зарубежной психологии здоровья. - Изучить технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья людей.	Поведенческая медицина: происхождение, история, направления, принципы, область изучения. Психология здоровья как новое научное направление.	
2	Психология здорового и больного человека. Психология здорового образа жизни.	- Изучить особенности психологии здорового человека. - Рассмотреть факторы физического здоровья и психического здоровья человека. - Ознакомиться с типами отношения человека к своему здоровью. - Ознакомиться с понятиями внутренней картины здоровья и внутренней картины болезни. - Рассмотреть типы реагирования человека на болезнь. - Ознакомиться с понятием и содержанием здорового образа жизни.	Факторы физического здоровья. Психическое здоровье. Социальное и душевное здоровье. Отношение человека к своему здоровью. Внутренняя картина болезни и внутренняя картина здоровья. Психология здорового образа жизни. Технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья людей.	6

		- Изучить технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья людей.		
--	--	--	--	--

4.3 Тематический план практических занятий

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь	Часы
Раздел 1. Психология здоровья: современное состояние и перспективы развития						
1	Поведенческая медицина и ее применение в современных условиях здравоохранения: значение психологических знаний для жизни и деятельности современного специалиста.	<ul style="list-style-type: none"> - изучить теории философии относительно здоровья. - разобрать прогнозирование изменений и оценки их динамики в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида. - ознакомиться с определением 	<p>Области исследования поведенческой медицины: заболевания, связанные с поведением; приверженность к лечению и комплаентность; отношения между врачом и пациентом. Объект и предмет психологии здоровья. Особенности психологии здоровья как науки. Становление и развитие психологии здоровья за рубежом. Концепции психологии здоровья. Теории философии относительно здоровья, прогнозирование</p>	<ul style="list-style-type: none"> - теории философии относительно здоровья; - факторы, влияющие на образ жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> - определять факторы, влияющие на образ жизни. 	4

		факторов, влияющих на образ жизни.	изменения и оценки их динамики в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида. Факторы, влияющие на образ жизни. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры, психологические нарушения у в различных возрастных периодах. Психологические факторы здоровья.			
2	Развитие идей о здоровье в отечественной психологии. Проблема нормы и аномалии Методы исследования в психологии здоровья. Action research	- изучить развитие идей относительно здоровья в отечественной медицине и психологии. - изучить характеристики негативного измерения здоровья	Развитие идей о здоровье в отечественной психологии. Эпидемиологические характеристики негативного измерения здоровья: заболеваемость, смертность. Позитивное измерение здоровья:	- характеристики негативного и позитивного измерения здоровья	- применять в практической деятельности методы исследования в психологии здоровья	4

			QALY. Методы исследования в психологии здоровья. Action research.			
3	Физическое здоровье: основные факторы, критерии, условия сохранения и укрепления.	изучить понятие физического здоровья в психологии здоровья. - познакомиться с адаптационными резервами организма. - познакомиться с методами и научными критериями оценки здоровья.	Представление о физическом здоровье в психологии здоровья, в медицине. Основные факторы физического здоровья. Адаптационные резервы организма. Самооценка состояния здоровья (В.П. Войтенко) физического здоровья. Функциональные пробы для оценки физического здоровья.	- факторы здоровья, - условия сохранения и укрепления здоровья.	- определять адаптационные резервы организма., оценивать состояние физического здоровья (по В.П. Войтенко).	4
4	Психическое здоровье: основные факторы, критерии, условия сохранения и укрепления.	- изучить понятие психического здоровья в психологии здоровья. - познакомиться с методами и научными критериями оценки психического здоровья. -изучить составляющие психологической устойчивости и их влияние на здоровье.	Представление о психическом здоровье в психологии здоровья, в медицине. Основные факторы психического здоровья. Связь психического здоровья с физическим, духовным, социальным здоровьем. Психологическая устойчивость личности: уравновешенность, стабильность, сопротивляемость.	- факторы здоровья психического, - условия сохранения и укрепления психического здоровья.	- оценивать состояние психического здоровья	4

			Составляющие психологической устойчивости: внутренние (личностные) и внешние (межличностная, социальная поддержка) ресурсы.			
5	Духовное и социальное здоровье: основные факторы, критерии, условия сохранения и укрепления.	<ul style="list-style-type: none"> - изучить понятие социального и духовного здоровья в психологии здоровья. - познакомиться с методами и научными критериями оценки социального здоровья человека. -изучить роль социальных факторов состоянии здоровья человека. 	Представление о социальном и духовном здоровье в психологии здоровья, в медицине. Основные факторы социального и духовного здоровья. Связь психического здоровья с физическим, духовным, социальным здоровьем. Здоровье как социальный феномен. Социальная структура здоровья. Влияние социального и возрастного статуса на здоровье.	<ul style="list-style-type: none"> - социальные и духовные факторы здоровья, - условия сохранения и укрепления здоровья. 	- применять научные критерии оценки социального здоровья человека.	4
6	Гендерный статус и здоровье	<ul style="list-style-type: none"> - изучить понятие гендер в психологии. -изучить роль гендерного статуса на состояние здоровья человека. 	Понятия пола и гендера. Влияние гендерного статуса на здоровье. Гипотезы, объясняющие гендерные различия в состоянии здоровья.	<ul style="list-style-type: none"> - понятия пола и гендера в психологии. - основные механизмы влияния гендерного статуса на состояние здоровья. 	- определять гендерозависимые факторы, влияющие на образ жизни и состояние здоровья человека;	4

7	Девиантное поведение	<p>- изучить понятие нормального и девиантного поведения в медицине и психологии.</p> <p>-изучить роль девиантного поведения в формировании различной патологии.</p>	<p>Понятие девиантного поведения. Типы девиантного поведения. Психологические и нейробиологические механизмы девиантного поведения. Влияние девиантного поведения на здоровье человека. Понятия нормы и патологии. Статистическая норма, идеальная норма. Зависимое (аддиктивное) поведение: определение и виды. Проблема зависимого и созавимого поведения в современной психологической науке. Созависимость. Психологические особенности личности с зависимым/созависимым поведением. Психопрофилактика зависимого/созависимого поведения.</p>	<p>- Понятие девиантного поведения.</p> <p>- Типы девиантного поведения.</p> <p>- Психологические и механизмы девиантного поведения.</p> <p>-Нейробиологические механизмы девиантного поведения.</p> <p>- психологические закономерности формирования зависимого и созависимого поведения;</p>	<p>- диагностировать основные виды девиантного поведения.</p> <p>- выявлять факторы риска зависимого и созависимого поведения,</p> <p>- проводить мероприятия по психологическому просвещению с профилактическими целями.</p>	4
8	Коллоквиум №1	<p>- изучить теории философии относительно здоровья.</p>	<p>Области исследования поведенческой медицины: заболевания, связанные с</p>	<p>- теории философии относительно здоровья;</p>	<p>- определять факторы, влияющие на образ жизни.</p>	4

		<p>- разобрать прогнозирование изменений и оценки их динамики в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида.</p> <p>- ознакомиться с определением факторов, влияющих на образ жизни.</p> <p>- изучить развитие идей относительно здоровья в отечественной медицине и психологии.</p> <p>- изучить характеристики негативного измерения здоровья</p> <p>изучить понятие физического здоровья в психологии здоровья.</p>	<p>поведением; приверженность к лечению и комплаентность; отношения между врачом и пациентом. Объект и предмет психологии здоровья. Особенности психологии здоровья как науки. Становление и развитие психологии здоровья за рубежом. Концепции психологии здоровья. Теории философии относительно здоровья, прогнозирование изменения и оценки их динамики в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида. Факторы, влияющие на образ жизни. Проблемы здоровья и</p>	<p>- факторы, влияющие на образ жизни.</p> <p>- характеристики негативного и позитивного измерения здоровья</p> <p>- факторы здоровья,</p> <p>- условия сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>- факторы здоровья психического,</p> <p>- условия сохранения и укрепления психического здоровья.</p> <p>- социальные и духовные факторы здоровья,</p> <p>- условия сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>- понятия пола и гендера в психологии.</p>	<p>- применять в практической деятельности методы исследования в психологии здоровья</p> <p>- определять адаптационные резервы организма., оценивать состояние физического здоровья (по В.П. Войтенко).</p> <p>- оценивать состояние психического здоровья</p> <p>- применять научные критерии оценки социального здоровья человека.</p> <p>- определять гендерозависимые факторы, влияющие на образ жизни и состояние здоровья человека;</p> <p>- диагностировать основные виды девиантного поведения.</p>	
--	--	---	---	---	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> - познакомиться с адаптационными резервами организма. - познакомиться с методами и научными критериями оценки здоровья. - изучить понятие психического здоровья в психологии здоровья. - изучить понятие социального и духовного здоровья в психологии здоровья. - изучить понятие гендер в психологии. -изучить роль гендерного статуса на состояние здоровья человека. - изучить понятие нормального и дивантного поведения в медицине и психологии. -изучить роль дивантного поведения 	<p>здорового образа жизни в контексте российской культуры, психологические нарушения у в различных возрастных периодах. Психологические факторы здоровья. Развитие идей о здоровье в отечественной психологии. Эпидемиологические характеристики негативного измерения здоровья: заболеваемость, смертность. Позитивное измерение здоровья: QALY. Методы исследования в психологии здоровья. Action research. Представление о физическом здоровье в психологии здоровья, в медицине. Основные факторы физического здоровья. Адаптационные резервы организма. Самооценка состояния здоровья (В.П. Войтенко) физического здоровья. Функциональные пробы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - основные механизмы влияния гендерного статуса на состояние здоровья. - Понятие девиантного поведения. - Типы девиантного поведения. - Психологические и механизмы девиантного поведения. -Нейробиологические механизмы девиантного поведения. - психологические закономерности формирования зависимого и созависимого поведения; 	<ul style="list-style-type: none"> - выявлять факторы риска зависимого и созависимого поведения, - проводить мероприятия по психологическому просвещению с профилактическими целями. 	
--	--	--	---	---	--	--

		<p>в формировании различной патологии.</p>	<p>для оценки физического здоровья. Представление о психическом здоровье в психологии здоровья, в медицине. Основные факторы психического здоровья. Связь психического здоровья с физическим, духовным, социальным здоровьем. Психологическая устойчивость личности: уравновешенность, стабильность, сопротивляемость. Составляющие психологической устойчивости: внутренние (личностные) и внешние (межличностная, социальная поддержка) ресурсы. Представление о социальном и духовном здоровье в психологии здоровья, в медицине. Основные факторы социального и духовного здоровья. Связь психического здоровья с физическим, духовным, социальным здоровьем.</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>Здоровье как социальный феномен. Социальная структура здоровья. Влияние социального и возрастного статуса на здоровье. Понятия пола и гендера. Влияние гендерного статуса на здоровье. Гипотезы, объясняющие гендерные различия в состоянии здоровья. Понятие девиантного поведения. Типы девиантного поведения. Психологические и нейробиологические механизмы девиантного поведения. Влияние девиантного поведения на здоровье человека. Понятия нормы и патологии. Статистическая норма, идеальная норма. Зависимое (аддиктивное) поведение: определение и виды. Проблема зависимого и созависимого поведения в современной</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>психологической науке. Созависимость. Психологические особенности личности с зависимым/созависимым поведением. Психопрофилактика зависимого/созависимого поведения.</p>			
9	<p>Проблемы здоровья и здорового образа жизни современного человека.</p>	<p>- изучить понятие «здоровый образ жизни» и его составляющие;</p> <p>- изучить понятие «ортобиоз»;</p> <p>- познакомиться с проблемами здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры, возраста.</p> <p>- познакомиться с факторами, обуславливающими отношение человека к своему здоровью.</p>	<p>"Болезни цивилизации". Определение отношения к здоровью. Компоненты отношения к здоровью. Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры, психологические нарушения у людей различного возрастного периода. Определение «внутренней картины здоровья». Внутренняя картина здоровья детей, подростков и пожилых людей. Факторы, оказывающие влияние на отношение к своему здоровью: гендерные и возрастные особенности,</p>	<p>- понятие здоровый образ жизни и ортобиоз;</p> <p>- факторы, влияющие на здоровый образ жизни;</p> <p>- особенности отношения современного человека к своему здоровью;</p>	<p>- определять факторы, влияющие на образ жизни;</p> <p>- определять личностные диспозиции в формировании здоровья человека;</p> <p>- определять искажения внутренней картины здоровья ребенка и подростка.</p>	4

		- изучить факторы, оказывающие влияние на здоровье.	<p>профессиональная деятельность, воспитание в семье.</p> <p>Психологическая устойчивость личности: уравновешенность, стабильность, сопротивляемость.</p> <p>Составляющие психологической устойчивости: внутренние (личностные) и внешние (межличностная, социальная поддержка) ресурсы. Понятие «здоровый образ жизни». Ортобиоз.</p>			
10	Здоровьесберегающие технологии и особенности их внедрения.	<p>- изучить инновационных здоровьесберегающих технологий;</p> <p>- познакомиться с видами психической саморегуляции на практике.</p> <p>- ознакомиться с методиками диагностики внутренней картины здоровья,</p>	<p>Проблемы ведения здорового образа жизни в современном мире.</p> <p>Предложения по устранению факторов, препятствующих ЗОЖ.</p> <p>Обеспечение здорового образа жизни людей разного возраста. Влияние установок на формирование представления об ортобиозе у ребенка.</p> <p>Соотношение факторов</p>	<p>- инновационные здоровьесберегающие технологии;</p> <p>- виды психической саморегуляции на практике;</p> <p>- здоровьесберегающие технологии и особенности их внедрения в сфере</p>	<p>- определять влияние тератогенов на развитие будущего ребенка;</p> <p>- использовать методики диагностики внутренней картины здоровья;</p> <p>- использовать инновационные здоровьесберегающие технологии.</p>	4

		<p>- разобрать профилактические модели и базовые принципы первичной профилактики зависимостей.</p>	<p>обеспечения здоровья современного человека. Принципы и составляющие здорового образа жизни. Особенности проявления искаженной внутренней картины здоровья ребенка и подростка. Психолого-педагогическая помощь детям и подросткам с искаженной внутренней картиной здоровья: направления, принципы, уровни и формы организации. Методики диагностики внутренней картины здоровья ребенка. Профилактические модели и базовые принципы первичной профилактики зависимостей у подростков. Факторы риска алкоголизации и наркомании среди детей и подростков. Психическая саморегуляция и здоровье человека. Здоровьесберегающие технологии и особенности</p>	<p>образования и на производстве.</p> <p>- преимущества и недостатки здоровьесберегающих технологий.</p>		
--	--	--	--	--	--	--

			их внедрения в сфере образования и на производстве.			
11	Психологический стресс и реакция личности	<p>- изучить содержание основных проблем и тенденций развития отдельных направлений психологии, связанных с изучением психологического стресса;</p> <p>- ознакомиться с психологическими технологиями, позволяющими решать типовые задачи в различных областях практики, связанные с профилактикой и</p>	<p>Признаки развития стресса. Теория стресса Г. Селье. Виды стрессоров. Стресс и надежность деятельности. Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья.</p> <p>Психические травмы и их разновидности. Механизмы психотерапевтического процесса и его динамика. Состояния адекватной мобилизации и динамического рассогласования как разные типы продуктивного и непродуктивного реагирования на стрессогенную ситуацию (В.И. Медведев). Зависимость продуктивности деятельности от</p>	<p>- специфику содержания понятия стресса;</p> <p>- определения основных понятий и терминов психологии, касающихся психологических особенностей стресса личности;</p> <p>- представление об основных теориях и концепциях психологии, развивающихся в рамках психологии воли, психологии темперамента, характерологии,</p>	<p>- анализировать и обобщать теоретические знания в области психологии стресса;</p> <p>- прогнозировать последствия возникновения и развития стрессовых состояний;</p> <p>- профессионально воздействовать на уровень развития и особенности протекания негативных психических состояний с целью их гармонизации.</p>	4

			степени психического напряжения по Т.А. Немчину. Толерантность к стрессу. Состояние фрустрации.			
12	Психология профессионального здоровья. Психическое здоровье студентов медицинского вуза.	- ознакомиться с факторами, влияющими на психическое здоровье студентов; - изучить принципы ранней профилактики психического здоровья студентов. - изучить профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления.	Работоспособность как критерий профессионального здоровья. Факторы профессиональной работоспособности. Социальная поддержка как фактор психического здоровья студентов. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека. Феномен «профессионального выгорания», его симптомы и стадии. Причины проф.выгорания, профилактика и ресурсы преодоления выгорания в медицинской сфере.	- факторы профессиональной работоспособности; - факторы, влияющие на психологическое здоровье студентов; - принципы ранней профилактики психического здоровья; - феномен «выгорания в профессиональной деятельности» и его причины.	- использовать психокоррекционные методы снятия негативных состояний; - использовать ресурсы стрессоустойчивости и преодоления выгорания. презентовать себя в публичном выступлении; использовать различные способы мотивации при взаимодействии с одноклассниками и коллегами.	4

			<p>Профессиональное выгорание и Профилактика и ресурсы его преодоления. Выгорание, «душевные потери» и здоровье личности. Классификации типов ресурсов преодоления. Личностные, поведенческие и социальные ресурсы и их взаимодействие с выгоранием. Психокоррекционные методы снятия стрессовых состояний, восстановления работоспособности, снятия эмоционального и мышечного напряжения, применимые в психологической и психотерапевтической помощи.</p>			
--	--	--	---	--	--	--

13	<p>Особенности психологии пациентов разных возрастных групп. Геронтопсихология.</p>	<p>- изучить роль и место старости в онтогенезе человека. - изучить влияние возраста на отношение здоровью и болезни.</p>	<p>Геронтопсихология. Варианты отношения общества к пожилым людям. Старость, старение, продолжительность жизни. Раннее (преждевременное) и ускоренное старение. Общая характеристика геронтологии как науки. Геронтопсихология. медико-психологическая помощь лицам старших возрастных групп. Депрессия пожилых. Поведенческие особенности пожилых. Особенности когнитивных процессов в позднем возрасте. Атеросклероз как гериатрическая проблема.</p>	<p>- психологические особенности людей различных возрастных групп, - возрастные кризисы, - особенности пожилых пациентов с различными заболеваниями.</p>	<p>- учитывать возрастные особенности пациентов при оценке состояния здоровья;</p>	4
----	---	--	---	--	--	---

14	Особенности психологии пациентов разных возрастных групп. Психология детского здоровья и болезни.	<ul style="list-style-type: none"> - изучить роль и место детства в онтогенезе человека. - изучить влияние возраста на отношение здоровью и болезни. 	Возрастная периодизация по Э. Эриксону и основные возрастные кризисы. Психология детей. Особенности пациентов детского и подросткового возраста.	<ul style="list-style-type: none"> - психологические особенности людей различных возрастных групп, - возрастные кризисы, - особенности психологии детей с различными заболеваниями. 	- учитывать возрастные особенности пациентов при оценке состояния здоровья;	4
15	Психологические особенности пациентов с различными заболеваниями. Понятие качества жизни.	<ul style="list-style-type: none"> - рассмотреть психологические особенности пациентов с различными заболеваниями, - изучить психологические реакции на заболевания и особенности и особенности личности больных. - рассмотреть понятие качества жизни 	<p>Психологические факторы риска неблагоприятного течения ИБС.</p> <p>Психологические реакции на заболевания и особенности и особенности личности больных. Задачи психологической реабилитации в зависимости от тяжести заболевания.</p> <p>Психологическая поддержка гериатрического пациента.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - психологические особенности людей различных с различными заболеваниями. - особенности влияния различных заболеваний на качество жизни пациентов. 	<ul style="list-style-type: none"> - учитывать морбидный фон пациентов при оказании им психологической помощи; - оценивать качество жизни пациентов 	4

			<p>Психологическое сопровождение людей пожилого возраста.</p> <p>Психологические особенности пациентов с ишемической болезнью сердца.</p> <p>Психологические особенности пациентов онкологического профиля.</p> <p>Психологические особенности пациентов с психопатологическими синдромами.</p> <p>Психологические особенности пациентов с атеросклерозом.</p> <p>Качество жизни при различных заболеваниях</p>			
16	Зачет		<p>"Болезни цивилизации".</p> <p>Определение отношения к здоровью. Компоненты отношения к здоровью.</p> <p>Проблемы здоровья и здорового образа жизни в контексте российской культуры,</p>	- критерии оценивания.	- оценивать свои и чужие результаты; - делать выводы.	3

			<p>психологические нарушения у людей различного возрастного периода. Определение «внутренней картины здоровья». Внутренняя картина здоровья детей, подростков и пожилых людей. Факторы, оказывающие влияние на отношение к своему здоровью: гендерные и возрастные особенности, профессиональная деятельность, воспитание в семье.</p> <p>Психологическая устойчивость личности: уравновешенность, стабильность, сопротивляемость.</p> <p>Составляющие психологической устойчивости: внутренние (личностные) и внешние (межличностная, социальная поддержка) ресурсы. Понятие «здоровый образ жизни».</p> <p>Ортобиоз. Проблемы</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>ведения здорового образа жизни в современном мире. Предложения по устранению факторов, препятствующих ЗОЖ. Обеспечение здорового образа жизни людей разного возраста. Влияние установок на формирование представления об ортобиозе у ребенка. Соотношение факторов обеспечения здоровья современного человека. Принципы и составляющие здорового образа жизни. Особенности проявления искаженной внутренней картины здоровья ребенка и подростка. Психолого-педагогическая помощь детям и подросткам с искаженной внутренней картиной здоровья: направления, принципы, уровни и формы организации. Методики диагностики внутренней</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>картины здоровья ребенка.</p> <p>Профилактические модели и базовые принципы первичной профилактики зависимостей у подростков. Факторы риска алкоголизации и наркомании среди детей и подростков. Психическая саморегуляция и здоровье человека.</p> <p>Здоровьесберегающие технологии и особенности их внедрения в сфере образования и на производстве. Признаки развития стресса. Теория стресса Г. Селье. Виды стрессоров. Стресс и надежность деятельности.</p> <p>Стресс и здоровье человека. Понятие психического здоровья.</p> <p>Психические травмы и их разновидности.</p> <p>Механизмы</p>			
--	--	--	--	--	--	--

			<p>психотерапевтического процесса и его динамика. Состояния адекватной мобилизации и динамического рассогласования как разные типы продуктивного и непродуктивного реагирования на стрессогенную ситуацию (В..И.. Медведев). Зависимость продуктивности деятельности от степени психического напряжения по Т.А. Немчину. Толерантность к стрессу. Состояние фрустрации. Работоспособность как критерий профессионального здоровья. Факторы профессиональной работоспособности. Социальная поддержка как фактор психического</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>здоровья студентов. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека. Феномен «профессионального выгорания», его симптомы и стадии. Причины проф.выгорания, профилактика и ресурсы преодоления выгорания в медицинской сфере. Профессиональное выгорание и Профилактика и ресурсы его преодоления. Выгорание, «душевные потери» и здоровье личности. Классификации типов ресурсов преодоления. Личностные, поведенческие и социальные ресурсы и их взаимодействие с выгоранием. Психокоррекционные</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>методы снятия стрессовых состояний, восстановления работоспособности, снятия эмоционального и мышечного напряжения, применимые в психологической и психотерапевтической помощи.</p> <p>Геронтопсихология.</p> <p>Варианты отношения общества к пожилым людям. Старость, старение, продолжительность жизни. Раннее (преждевременное) и ускоренное старение.</p> <p>Общая характеристика геронтологии как науки.</p> <p>Геронтопсихология.</p> <p>медико-психологическая помощь лицам старших возрастных групп. Депрессия</p>			
--	--	--	--	--	--	--

			<p>пожилых. Поведенческие особенности пожилых.</p> <p>Особенности когнитивных процессов в позднем возрасте.</p> <p>Атеросклероз как гериатрическая проблема. Возрастная периодизация по Э. Эриксону и основные возрастные кризисы.</p> <p>Психология детей.</p> <p>Особенности пациентов детского и подросткового возраста.</p> <p>Психологические факторы риска неблагоприятного течения ИБС.</p> <p>Психологические реакции на заболевания и особенности и особенности личности больных. Задачи психологической реабилитации в зависимости от тяжести</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			<p>заболевания.</p> <p>Психологическая поддержка гериатрического пациента.</p> <p>Психологическое сопровождение людей пожилого возраста.</p> <p>Психологические особенности пациентов с ишемической болезнью сердца.</p> <p>Психологические особенности пациентов онкологического профиля.</p> <p>Психологические особенности пациентов с психопатологическими синдромами.</p> <p>Психологические особенности пациентов с атеросклерозом.</p> <p>Качество жизни при различных заболеваниях</p>			
--	--	--	--	--	--	--

4.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема	Самостоятельная работа			
	Форма	Цель и задачи	Методическое и материально – техническое обеспечение	Часы
3 курс 5 семестр – 73 часов				
1. Отношение человека к своему здоровью.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Решение ситуационных задач. ✓ Подготовка к тестированию. 	<p>Цель: подробно ознакомиться с отношением человека к своему здоровью.</p> <p>Задачи: изучить психосоциологические «портреты» лиц репродуктивного возраста и особенности их гендерных стереотипов отношения к своему здоровью; психологические аспекты отношения человека к своему здоровью; отношение человека к здоровью в различные исторические эпохи;</p> <p>факторы, оказывающие влияние на отношение к здоровью.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	8
2.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, 	<p>Цель: подробно изучить факторы физического, психического и социального здоровья.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. 	8

<p>Здоровье человека и факторы его определяющие.</p>	<p>учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Решение ситуационных задач. ✓ Подготовка презентаций, рефератов. ✓ Подготовка к тестированию. 	<p>Задачи:</p> <p>Изучить понятие «здоровье» и факторы его определяющие; понятие о здоровом образе жизни, его составляющие.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	
<p>3. Психическая саморегуляция и здоровье.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации. 	<p>Цель: ознакомиться с понятием психическая саморегуляция и здоровье.</p> <p>Задачи:</p> <p>Изучить теорию саморегуляции в психологии, разобрать основы саморегуляции и психического здоровья человека, приемы и способы саморегуляции в профилактике стресса, симптомы психоэмоциональных нарушений, техники психофизической саморегуляции психоэмоциональных нарушений деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	<p>8</p>

<p>4. Технологии формирования, сохранения и укрепления здоровья людей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации. 	<p>Цель: ознакомиться с технологиями формирования, сохранения и укрепления здоровья людей.</p> <p>Задачи:</p> <p>Изучить</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	<p>7</p>
<p>5. Влияние типа родительского воспитания на формирование внутренней картины здоровья ребенка дошкольного возраста.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Подготовка к тестированию. 	<p>Цель: формирование внутренней картины здоровья у ребенка под влиянием семьи.</p> <p>Задачи:</p> <p>изучить способы удовлетворения потребностей; степень родительского контроля; требовательность родителей, способы общения родителей с детьми; эмоциональность в семье.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	<p>7</p>
<p>6. Психологическая помощь детям и</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на 	<p>Цель: психологическая помощь детям с искаженной внутренней картиной здоровья.</p> <p>Задачи:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. 	<p>7</p>

<p>подросткам с искаженной. внутренней картиной здоровья.</p>	<p>практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации ✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой 	<p>Изучить современную нормативно-правовую базу проблемы; основные организационные аспекты деятельности медицинского психолога.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	
<p>7. Здоровый образ жизни.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации. ✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой 	<p>Цель: изучить понятие здорового образа жизни.</p> <p>Задачи: Мотивация здорового образа жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	7
<p>8. Психология боли.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка 	<p>Цель: изучить психологические и нейробиологические механизмы боли.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. 	7

	<p>докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации. 	<p>Задачи: Нейробиология боли. Понятие о нейроматриксе боли. Психология боли и анальгезии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	
9. Психология паллиативной помощи.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации. 	<p>Цель: изучить роль психолога в оказании паллиативной помощи пациентам.</p> <p>Задачи: Ознакомиться с инструментами психологической помощи неизлечимым больным. Психологическое сопровождение умирания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	7
10 Качество жизни	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. 	<p>Цель: изучить понятие качество жизни.</p> <p>Задачи:</p> <p>Выполнить практическое задание по изучению качества жизни членов своей семьи (соблюдая конфиденциальность) при помощи анкетирования. На конкретном</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; 	7

	✓ Выполнение практического задания.	примере показать влияние известных заболеваний на качество жизни исследованных.	✓ методические указания для студентов.	
Итого				35

4.5 Матрица соотнесения тем/ разделов учебной дисциплины (модуля) и формируемых в них ОК, ОПК и ПК

Темы/разделы дисциплины	Количество часов	1	2	3	4	Общее кол-во компетенций (Σ)
		УК-7	ОПК-6	ОПК-9	ПК-2	4
Раздел 1	141					
Тема 1		+	+	+	+	4
Тема 2		+	+	+	+	4
Тема 3		+	+	+	+	4
Тема 4		+	+	+	+	4
Тема 5		+	+	+	+	4
Тема 6		+	+	+	+	4
Тема 7		+	+	+	+	4
Тема 8. Коллоквиум №1		+	+	+	+	4
Тема 9		+	+	+	+	4
Тема 10		+	+	+	+	4
Тема 11		+	+	+	+	4
Тема 12		+	+	+	+	4
Тема 13		+	+	+	+	4

Тема 14		+	+	+	+	4
Тема 15		+	+	+	+	4
Тема 16. Зачет	3	+	+	+	+	4
Итого	144	16	16	16	16	64

5. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе: технологии деятельностного и диалогового обучения; технологии электронного и дистанционного обучения (платформа Moodle); технологии комплексной оценки знаний (балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся).

Формы, способы и методы обучения, используемые в образовательных технологиях по дисциплине «Психология здоровья»

относятся: традиционная лекция, лекция-визуализация, проблемная лекция, проблемная дискуссия, собеседование по контрольным вопросам, устный опрос, написание и защита реферата, разбор клинических случаев, решение ситуационных задач, тестирование, подготовка к исходному, текущему, промежуточному контролю, участие в научно-практических конференциях, учебно-исследовательская работа студентов.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ И ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА»

Коды компетенций, проверяемых с помощью оценочных средств: ИД-1УК-7; ИД-3УК-7; ИД-1ОПК-6; ИД-2ОПК-6; ИД-3ОПК-6; ИД-1ОПК-9; ИД-2ОПК-9; ИД-3ОПК-9; ИД-2ПК-2.

Примеры реферативных сообщений (тема: «Гендерный статус и здоровье»).

1. Влияние индивидуально-типологических особенностей личности на ее социальное и душевное здоровье.
2. Влияние типа родительского воспитания на формирование внутренней картины здоровья девочек дошкольного возраста.
3. Формирование внутренней картины здоровья в онтогенезе.
4. Влияние типа родительского воспитания на формирование внутренней картины здоровья мальчиков дошкольного возраста.
5. Стресс и беременность.
6. Психологические особенности формирования внутренней картины здоровья девочек-подростков.
7. Гендерный аспект психической саморегуляции.

Пример тестовых заданий для проведения текущего контроля успеваемости
Выберите один правильный ответ.

1. ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ
1) больной человек

- 2) здоровый человек
- 3) критерии здоровья
- 4) факторы здоровья и болезни

2. ПАРАМЕТР ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ, ОТ КОТОРОГО ЗАВИСИТ ВЫНОСЛИВОСТЬ ПРИ БЕГЕ НА ДЛИННЫЕ ДИСТАНЦИИ

- 1) функциональная подготовленность
- 2) физическая подготовленность
- 3) стрессоустойчивость
- 4) выносливость

3. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ, ПОМОГАЮЩАЯ РАЗВИТЬ У РЕБЕНКА УМЕНИЯ И НАВЫКИ ЕЖЕДНЕВНОЙ ГИМНАСТИКИ

- 1) формирующая
- 2) воспитывающая
- 3) развивающая
- 4) сохраняющая

4. КРИТЕРИИ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

- 1) физическое развитие
- 2) физическая подготовленность
- 3) функциональная подготовленность
- 4) все ответы верны

5. ВРЕДНОСНЫЕ ВЛИЯНИЯ НА ПЛОД ВО ВНУТРИУТРОБНОМ ПЕРИОДЕ

- 1) тератогены
- 2) факторы
- 3) условия
- 4) предпосылки

6. ПСИХИЧЕСКОЕ РАССТРОЙСТВО, ПРИ КОТОРОМ МОГУТ СОЧЕТАТЬСЯ ВЫСОКИЙ ИНТЕЛЛЕКТ И НИЗКИЙ УРОВЕНЬ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНЫХ НАВЫКОВ

- 1) аутизм
- 2) деменция
- 3) депрессия
- 4) тревожное расстройство личности

7. КРИТЕРИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

- 1) рациональное питание
- 2) оптимальный режим сна и бодрствования
- 3) оптимальный режим труда и отдыха
- 4) все ответы верны

8. ВНУТРЕННИЕ РЕСУРСЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

- 1) самооценка
- 2) социальный статус
- 3) семья
- 4) сила воли
- 5) деньги

9. УБЕЖДЕНИЯ, ЭМОЦИИ И ПОВЕДЕНИЕ, СВЯЗАННЫЕ СО ЗДОРОВЬЕМ

- 1) внутренняя картина болезни
- 2) внутренняя картина здоровья
- 3) тип отношения к болезни
- 4) культ здоровья

10. ВПЕРВЫЕ В РОССИИ ПОДНЯЛ ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ, ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

- 1) И.Н. Гурвич
- 2) Г.К. Ушаков

- 3) В.М. Бехтерев
- 4) Л.С. Выготский

Пример контрольных вопросов для проведения текущего контроля (тема: «Физическое здоровье: основные факторы, критерии, условия сохранения и укрепления»).

1. Представление о физическом здоровье в психологии здоровья, в медицине
2. Основные факторы физического здоровья.
3. Предмет и задачи психологии здоровья.
4. Адаптационные резервы организма.
5. Основные проблемы психологии здоровья
6. Самооценка состояния здоровья (В.П. Войтенко).
7. Оценка физического здоровья. Функциональные пробы для оценки физического здоровья.
8. Психологические факторы здоровья
9. История становления психологии здоровья в мировой науке и в России

Пример ситуационной задачи (тема: «Поведенческая медицина и ее применение в современных условиях здравоохранения»)

Ситуационная задача №1:

1. Охарактеризуйте парадокс отношения современного человека к своему здоровью
- Вопросы:
- 1) Каковы тенденции этого отношения?
 - 2) Исправима ли эта ситуация?
- Ответ 1: Понимает, что надо о здоровье заботиться, но ничего для этого не делает
- Ответ 2: Чем старше человек, тем сложнее это корректировать.

Научно-исследовательская работа.

Научно-исследовательская работа на кафедре осуществляется в рамках студенческого научного кружка и предоставляет студентам:

- ✓ изучать специальную литературу и другую научно-медицинскую информацию о современных достижениях отечественной и зарубежной медицины;
- ✓ участвовать в проведении научных исследований кафедры;
- ✓ осуществлять сбор, обработку, анализ и систематизацию научно-медицинской информации по выбранной теме;
- ✓ составлять отчеты (разделы отчета) по теме или ее разделу (этапу, заданию);
- ✓ опубликовать результаты, проведенного исследования;
- ✓ выступить с докладом на научной конференции студентов и молодых ученых.

В процессе выполнения научно-исследовательской работы и оценки ее результатов проводится широкое обсуждение ее на заседаниях кафедры, научных конференциях, позволяющее оценить уровень компетенций, сформированных у обучающегося, связанных с формированием профессионального мировоззрения и готовностью к анализу и публичному представлению медицинской информации на основе доказательной медицины.

Примеры вопросов для промежуточной аттестации (зачет с оценкой) по итогам освоения дисциплины «Психология здоровья»:

1. Понятие психологии здоровья и её основные задачи.
2. Взаимосвязь психического и физического здоровья.
3. Психосоматические заболевания и их связь с психологическими факторами.
4. Психологические факторы, влияющие на укрепление здоровья.
5. Влияние стресса на здоровье человека и методы его преодоления.

6. Роль мотивации в поддержании здорового образа жизни.
7. Психологические стратегии профилактики заболеваний.
8. Влияние социальной поддержки на здоровье человека.
9. Психологические аспекты саморегуляции и контроля над здоровьем.
10. Влияние эмоциональных состояний на функционирование иммунной системы.
11. Психологическая помощь при хронических заболеваниях.
12. Роль когнитивных процессов в сохранении здоровья.
13. Психологические методы профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.
14. Влияние позитивного мышления на здоровье человека.
15. Методы диагностики психологических факторов риска для здоровья.

**Примеры оценочных средств для промежуточной аттестации (зачет с оценкой)
Выберите один правильный ответ**

1. Основной целью психологии здоровья является:

- 1) снижение уровня стрессов
- 2) диагностика психических расстройств
- 3) развитие когнитивных способностей
- 4) улучшение социальных взаимодействий
- 5) анализ личностных характеристик

Эталон ответа: 1

2. В психологии здоровья используется метод:

- 1) фармакотерапия
- 2) психотерапия
- 3) йога и медитация
- 4) когнитивно-бихевиоральная терапия
- 5) гипнотерапия

Эталон ответа: 3

3. Понятие "психосоматика" включает в себя:

- 1) влияние социальных факторов на здоровье
- 2) взаимосвязь психических и соматических процессов
- 3) влияние культурных факторов на здоровье
- 4) анализ когнитивных процессов
- 5) развитие эмоционального интеллекта

Эталон ответа: 2

4. Основоположником концепции стрессовой теории является:

- 1) Карл Роджерс
- 2) Ханс Селье
- 3) Альберт Эллис

4) Зигмунд Фрейд

5) Абрахам Маслоу

Эталон ответа: 2

5. Принцип биопсихосоциальной модели включает:

1) только биологические аспекты

2) только психологические аспекты

3) только социальные аспекты

4) биологические, психологические и социальные аспекты

5) духовные аспекты

Эталон ответа: 4

Пример экзаменационного билета для проведения промежуточной аттестации

БИЛЕТ № 1

1. Понятие психологии здоровья и её основные задачи.
2. Влияние здоровья на уровень стресса и качество жизни
3. Дайте ответы на вопросы ситуационной задачи.

Примеры ситуационных задач для проведения промежуточной аттестации

Ситуационная задача к билету №1

Пациент после сообщения ему врачом предварительного диагноза – ИБС начал часто задерживаться на работе, брать подработку, просит назначить продолжение обследования на выходные дни.

1) Какой тип реакции личности наа болезнь можно предположить у данного пациента?

2) Предложите вариант психокоррекционной беседы с данным пациентом.

Оценка сформированности компетенций студента (уровня освоения дисциплины) на зачете осуществляется на основе балльно-рейтинговой системы оценки при текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Психология здоровья».

Критерии оценки сформированности компетенций студента (уровня освоения дисциплины) на зачете осуществляется на основе балльно-рейтинговой структуры оценки при текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Психология здоровья».

Расчет знаний рейтинга студентов разработан на основании положения о рейтинговой системе оценки знаний обучающихся в Воронежском государственном медицинском университете имени Н.Н. Бурденко (Приказ ректора № 825 от 29.10.2015))

Промежуточный рейтинг знаний обучающегося по дисциплине рассчитывается исходя из рейтинга до экзамена/зачета и рейтинга, полученного на экзамене/зачете:

$$P_{\text{пром}} = P_{\text{до экз/зач}} * 0,6 + P_{\text{экз/зач}} * 0,4$$

Вес оценки за промежуточную аттестацию определен 0,6 из расчета возможного количества баллов (60) за совокупный итог по дисциплине до промежуточной аттестации и 0,4 – для промежуточной аттестации (экзамена/зачета) из расчета 40 баллов.

В зачетную книжку выставляется оценка или отметка «зачет» за промежуточную аттестацию исходя из следующих рейтинговых баллов:

- 85 - 100 рейтинговых баллов – «отлично»;
- 84 - 70 рейтинговых баллов – «хорошо»;
- 55 - 69 рейтинговых баллов – «удовлетворительно»;
- менее 55 рейтинговых баллов – «неудовлетворительно».

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

а) литература:

1. Акопов, Г. В. Психология и психопатология сознания: учебное пособие / Г. В. Акопов, Г. Н. Носачев. – Самара: СГСПУ, 2019. – 178 с. – ISBN 978-5-8428-1132-8. – URL: <https://e.lanbook.com/book/200999>. – Текст: электронный (дата обращения: 06.06.2024г.)
2. Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности: учебник для вузов / О. П. Елисеев. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2024. – 390 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-10962-7. – URL: <https://urait.ru/bcode/538770>. – Текст: электронный (дата обращения: 06.06.2024г.)
3. Коссов, Б. Б. Психология личности (теория, диагностика и развитие) : учебное пособие для высших учебных заведений / Б. Б. Коссов. – 2-е изд., доп. и испр. – Москва: Академический Проект, 2020. – 304 с. – (Серия «Gaudeamus»). – ISBN 978-5-8291-2741-1. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127411.html>. – Текст: электронный (дата обращения: 06.06.2024г.)
4. Психология здоровья. Социально-психологические, клинические, нейропсихологические проблемы и психологическая помощь / И. С. Алферова, Т. В. Валиева, Т. С. Вершинина [и др.]. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 112 с. — ISBN 978-5-507-44708-4. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/238643> (дата обращения: 26.09.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

б) программное обеспечение и интернет-ресурсы:

1. <http://www.studmedlib.ru/> Электронно-библиотечная система "Консультант студента
2. <http://www.search.ebscohost.com/> База данных "Medline With Fulltext" на платформе EBSCOHOST
3. <http://www.books-up.ru/> Электронно-библиотечная система «Book-up»
4. <http://www.e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система издательства «Лань»
5. <http://www.lib.vrngmu.ru/> Электронная библиотека ВГМУ им. Н.Н. Бурденко
6. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed> Информационно-справочные и поисковые системы PubMed
7. www.medscape.com Веб ресурс для врачей для поиска медицинской информации на английском языке
9. <http://www.rosminzdrav.ru> Сайт Минздрава России
10. www.bibliomed.ru Электронная библиотечная система

11. <http://elibrary.ru/> ELIBRARY.RU научная электронная библиотека
 12. <http://www.scsml.rssi.ru/> Центральная научная медицинская библиотека
 13. Журнал Социальная психология и общество (http://psyjournals.ru/social_psy/)

8.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещение и материально-техническое обеспечение	Адрес (местоположение) здания, строения, сооружения, помещения	Собственность или оперативное управление, хозяйственное ведение, аренда (субаренда), безвозмездное пользование
<p>Учебная аудитория (комната №1) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Учебная доска, учебные парты, стулья ученические, стол преподавательский, шкафы, ноутбук с возможностью подключения к сети Интернет, площадь - 20,4 кв.м</p> <p>Учебная аудитория (комната №2) - помещение для проведения занятий, для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Учебная доска, учебные парты, стулья ученические, стол преподавательский, шкафы, мультимедийный проектор, экран для проектора, стационарный персональный компьютер с возможностью подключения к сети Интернет, тумбочка, площадь - 45,7 кв.м</p> <p>Учебная аудитоия (комната №4) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации,</p>	<p>394036, г. Воронеж, ул. Чайковского, 3а, санкорпус, 2й этаж</p>	<p>Оперативное управление</p>

<p>самостоятельной работы Доска магнитно-маркерная, стол угловой, стул офисный посетителя, стул ученический, шкафы для документов, шкаф для одежды, персональный компьютер с возможностью подключения к сети Интернет, тумбочка, площадь - 15,5 кв.м</p> <p>Учебная аудитория (комната №5) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Учебная доска, учебные парты, учебные стулья, стол преподавательский, шкафы, стационарный персональный компьютер с возможностью подключения к сети Интернет, тумбочка, площадь - 21,8 кв.м</p> <p>Учебная аудитория (комната №6) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Доска магнитно-маркерная, стол угловой, брифинг-приставка, тумба подкатная, стулья офисные, стулья ученические, стол журнальный, кресло руководителя, шкафы для документов, шкаф для одежды, стеллаж открытый, персональный компьютер, принтер Canon лазерный, площадь - 24,0 кв.м.</p> <p>Кабинет доцента для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№ 2,3)</p>		
--	--	--

<p>Стол и стул для преподавателя, столы, стулья, учебные пособия и методические разработки, персональный компьютер, орг. техника, площадь - 28,5 кв.м.</p>	<p>394018, г. Воронеж, ул. Кирова, д.9, офис № 28</p>	<p>Безвозмездное пользование</p>
--	---	----------------------------------

Для самостоятельной работы студентов помещения библиотеки ВГМУ:

2 читальных зала (ВГМУ, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Студенческая, д. 10);

1 зал электронных ресурсов находится в электронной библиотеке (кабинет №5) в отделе научной библиографии и медицинской информации в ОНМБ: (ВГМУ, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Студенческая, д. 10).

Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающий тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины – мультимедийный комплекс (ноутбук, проектор, экран); усилитель для микрофона, микрофон, доска учебная, учебные парты, стулья. Стол для преподавателей, стул для преподавателя. Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающий тематические иллюстрации, соответствующие рабочим программам дисциплин – мультимедийный комплекс (ноутбук, телевизор).