

## АННОТАЦИЯ

дисциплины ФТД.В.01 «Основы психологии здоровья»  
Направление подготовки «37.03.02 Конфликтология (уровень бакалавриата)».  
Форма обучения - очная

**Объем трудоемкости:** 1 зачетная единица (36 часов, из них: 6 ч. – лекционных, 10 ч. – практических; 2 часа – КСР, 0,2 ч. – ИКР; 17,8 ч. – самостоятельной работы).

**Цель освоения дисциплины.** В соответствии с ФГОС ВО цель дисциплины ФТД.В.01 «Основы психологии здоровья» - познакомить студентов с основными понятиями психологии здоровья, сформировать у студентов представления о теоретических и прикладных вопросах психологии здоровья как новом научном направлении психологии, сформировать у студентов представления об основных теоретических подходах к пониманию здоровья, здоровой личности, здорового образа жизни, связи здоровья с адаптацией и самореализацией личности; сформировать у студентов представления о специфике психического функционирования больного человека и человека с ограниченными возможностями, о проблемах социализации, профессиональной и образовательной деятельности и функционирования людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях, мотивах конфликтного поведения данных категорий граждан РФ и способов урегулирования конфликтов с их участием; развить способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности; сформировать у студентов способность понимать социальную значимость профессии конфликтолога, преподавать конфликтологию в образовательных организациях Российской Федерации основываясь на знаниях основ психологии здоровья.

**Задачи дисциплины.** В соответствии с ФГОС ВО задачи дисциплины:

- изучить основные открытия, достижения, проблемы и особенности развития психологии здоровья как нового научного направления психологии;
- понять основные задачи и специфику психологии здоровья как отрасли психологии;
- усвоить основные понятия и концепции психологии здоровья;
- изучить особенности связи здоровья с возрастными, гендерными, индивидуально-психологическими, этнокультурными, социальными и др. характеристиками личности;
- сформировать способность к выявлению специфики психического функционирования здорового человека и человека имеющего заболевание или ограниченные возможности, с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам;
- понять значение здоровья для развития личности, ее адаптации, самоактуализации, удовлетворенности жизнью и межличностными отношениями;
- изучить проблемы социализации, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях;
- изучить проблемы и мотивы конфликтного поведения людей с ограниченными возможностями, больных людей и способов урегулирования конфликтов с их участием;
- развить способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности;
- сформировать способность понимать социальную значимость профессии конфликтолога, обладание высокой мотивацией к выполнению профессиональной

деятельности, преподавать конфликтологию в образовательных организациях Российской Федерации основываясь на знаниях психологии больного человека и человека с ограниченными возможностями, проблем социализации, профессиональной и образовательной деятельности и функционирования больных людей и людей с ограниченными возможностями, мотивах конфликтного поведения данных категорий граждан РФ и способы урегулирования конфликтов с их участием.

– помочь формированию когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов здоровьесберегающего поведения.

### **Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Основы психологии здоровья» относится к факультативной, вариативной части ФТД.В «Дисциплины (модули)» учебного плана ООП по направлению подготовки «37.03.02 Конфликтология (уровень бакалавриата)».

Дисциплина предназначена для студентов второго курса очной формы обучения.

Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения дисциплин «История», «Концепции современного естествознания», «Культурология», «Введение в профессию», «История конфликтологии», «Социальная психология», «Психология развития», «Физическая культура и спорт».

Дисциплина изучается параллельно с курсами «Психология групп», «Психология безопасности», «Теория конфликта». Дисциплина предшествует изучению дисциплин «Психология переговоров», «Психология конфликта», «Психология управления», «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях», «Современные психотерапевтические практики» и др. Завершается изучение учебной дисциплины «Основы психологии здоровья» зачетом в конце третьего семестра второго курса.

### **Требования к уровню освоения дисциплины**

Изучение дисциплины «Основы психологии здоровья» направлено на формирование у студентов общепрофессиональной и профессиональной компетенций ОПК-1 и ПК-11.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ОПК-1	Способность решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности	базовые понятия психологии здоровья; основные теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья как нового научного направления психологии изучающего связь здоровья с возрастными, индивидуально-психологическим, культурными, социальными и др. характеристиками личности; основные задачи и	адекватно учитывать влияние возраста, кризисов развития, факторов риска, влияние профессии, индивидуально-типологических особенностей, гендерных особенностей, культуры, образа жизни и др. на специфику психического функционирования человека и его здоровье; учитывать психологические	методами научного анализа различных теоретических подходов к пониманию: здоровья, здоровой личности, здорового образа жизни, связи здоровья с адаптацией и самореализацией личности и других проблем здоровья человека; научиться выявлять специфику психического функционирования человека с учетом его

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
			<p>специфику психологии здоровья как отрасли психологии; основные открытия, достижения, проблемы и особенности развития психологии здоровья как нового научного направления психологии; специфику психического функционирования здорового человека и человека имеющего заболевание или ограниченные возможности с учетом возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, принадлежности личности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам; способы решения стандартных задач профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и</p>	<p>особенности личности, влияние образа жизни, отношения личности к своему здоровью, склонности к здоровьесбережению, проведению работы по профилактике, коррекции и оптимизации развития на основе выделения факторов риска и ресурсов развития здоровьесберегающего отношения личности к своему здоровью; решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.</p>	<p>возрастных особенностей, кризисов развития и факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам; развить мотивацию к сохранению здоровья, сформировать установки на здоровый образ жизни и приобрести навыки правильного/ здоровьесберегающего отношения к своему организму; владеть системой знаний касающихся формирования когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов здоровьесберегающего поведения; технологиями решения стандартных задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.</p>

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
			с учетом основных требований информационной безопасности.		
2	ПК-11	способность понимать социальную значимость профессии конфликтолога, обладанием высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности, преподавать конфликтологию в образовательных организациях Российской Федерации	социальную значимость профессии конфликтолога; основные проблемы здорового человека и человека имеющего заболевание или ограниченные возможности, которые могут быть мотивом возникновения внутриличностных, межличностных, профессиональных и др. конфликтов; базовые процедуры анализа проблем больного человека; социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей с ограниченными возможностями и при различных заболеваниях; основные психодиагностические методики для исследования различных аспектов здоровья личности, отношения к здоровью и связанных с этим конфликтов.	применять полученные знания для решения учебных задач в сфере изучения особенностей здоровья личности и определения индивидуальных особенностей отношения к личности; адекватно оценивать особенности и механизмы социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях; реализовывать базовые процедуры анализа проблем здорового и больного человека, а также людей с ограниченными возможностями; преподавать конфликтологию в образовательных организациях Российской Федерации на знания психологии больного человека и человека с ограниченными	методами исследования здоровья личности и определения индивидуальных особенностей отношения личности к здоровью; основами анализа проблем больного человека; социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях; способностью понимать социальную значимость профессии конфликтолога, обладать высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
				возможностями, проблем социализации, особенностей профессиональной и образовательной деятельности и функционирования больных людей и людей с ограниченными возможностями, мотивов конфликтного поведения данных категорий граждан РФ и способов урегулирования конфликтов с их участием.	

### Структура и содержание дисциплины.

Распределение видов учебной работы и их трудоемкость по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые в 3 семестре:

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
Раздел 1. Основы психологии здоровья		8	4	2	-	2
1.	Проблемы и особенности развития психологии здоровья как нового научного направления психологии. Основные задачи психологии здоровья. Взаимосвязь с другими науками.	2	2	-	-	-
2.	Проблема здоровья и его виды	6	2	2	-	2
Раздел 2. Здоровье и адаптация личности		8	2	2	-	4
Раздел 3. Здоровье личности и ее самоактуализация, удовлетворенность жизнью и межличностные отношения		6	-	2	-	4
Раздел 4. Здоровье и образ жизни		6	-	2	-	4
3.	Психология здорового образа жизни. Отношение личности к здоровью	2	-	-	-	2
4.	Трудные жизненные ситуации, конфликты, стресс и здоровье.	4	-	2	-	2
Раздел 5. Индивидуально-типологические аспекты здоровья личности		5,8	-	2	-	3,8
<b>Итого по дисциплине:</b>			<b>6</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>17,8</b>

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

**Курсовые работы:** не предусмотрены

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

**Основная литература:**

1. Айзман, Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании [Электронный ресурс] : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 241 с. - <https://biblio-online.ru/book/F4CB7941-0C93-4C82-842E-1ABAD2E533C9>.
2. Петрушин, В. И. Психология здоровья [Электронный ресурс] : учебник для академического бакалавриата / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Юрайт, 2017. - 431 с. - <https://www.biblio-online.ru/book/BFFC2471-0F18-40BB-8A8F-59D2F5A182D5>.

Автор РПД: канд. психол. наук, доцент, Удачина П.Ю.