

Аннотация к рабочей программы дисциплины
«ФТД.01 Основы психологии здоровья»
(код и наименование дисциплины)

Объем трудоемкости: 2 зачетных единицы

Цель дисциплины: 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; сформировать у студентов 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; развить у студентов способность к реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях; научить студентов использовать психологические знания по основам психологии здоровья для повышения психологической компетентности клиентов.

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;
- понять значение здоровья для развития личности, ее адаптации, самоактуализации, удовлетворенности жизнью и межличностными отношениями;
- изучить особенности связи здоровья с возрастными, гендерными, индивидуально-психологическими, этнокультурными, социальными и др. характеристиками личности;
- изучить проблемы социализации, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях;
- научиться создавать эффективные информационные материалы для повышения психологической компетентности клиентов;
- развить навык убедительно сообщать аудитории значимые для нее психологические знания из области психологии здоровья;
- сформировать способность использовать психологические знания по основам психологии здоровья для повышения психологической компетентности клиентов с использованием оптимальных средств;
- 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;
- помочь студентам приобрести опыт анализа функционирования человека с учетом

особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска;

– развить у студентов способность к реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях (приобрести опыт по реализации основных психодиагностических методик для определения индивидуальных особенностей здоровья личности и ее отношения к здоровью);

– помочь студентам приобрести опыт использования методов оценки затруднений и выявления специфики психического функционирования человека с учетом его 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 здоровью;

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

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы психологии здоровья» относится к факультативной части «Дисциплины (модули)» учебного плана ООП по направлению подготовки «37.03.01 Психология (уровень бакалавриата)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на четвертом курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

Предшествующие дисциплины, необходимые для ее изучения: «Общая психология», «Анатомия центральной нервной системы и физиология высшей нервной деятельности», «Психология безопасности», «Социальная психология», «Основы психологии саморазвития личности», «Гендерная психология», «Психология развития и возрастная психология», «Педагогика и педагогическая психология», «Психология труда», «Качественные методы в психологическом исследовании», «Психология личности», «Основы психодиагностики», «Практикум по психодиагностике», «Психологическая помощь в решении проблем адаптации и социализации», «Основы консультативной психологии и психотерапии», «Дифференциальная психология и психофизиология», «Технологии тренингов», «Диагностика и коррекция дезадаптации в дошкольном и школьном возрасте», «Психология управления человеческими ресурсами», «Личность в кризисе», «Коммуникативная компетентность», «Психология идентичности». Дисциплина изучается параллельно с курсами «Введение в клиническую и специальную психологию» и «Основы конфликтологии и психологии конфликта».

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора* достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
ПК-1. Способен применять психологические знания для повышения психологической компетентности клиентов с использованием оптимальных средств	
ИПК-1.1. Может создавать эффективные информационные материалы для повышения психологической компетентности клиентов	Знает способы создания эффективных информационных материалов для повышения психологической компетентности клиентов;
	Умеет применять полученные знания для решения учебных задач в сфере изучения психологических аспектов здоровья личности и определения индивидуальных особенностей отношения личности к

Код и наименование индикатора* достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
	<p>здоровью и повышения психологической компетентности клиентов в сфере вопросов психологии здоровья;</p> <p>Владеет навыками создания эффективных информационных материалов для повышения психологической компетентности клиентов в базовых вопросах психологии здоровья.</p>
ИПК-1.2. Убедительно сообщает аудитории значимые для нее психологические знания	<p>Знает формы и методы убедительного сообщения аудитории значимых для нее психологических знаний;</p> <p>Умеет убедительно сообщить аудитории значимые для нее психологические знания по основам психологии здоровья;</p> <p>Владеет навыками развития мотивации клиентов к сохранению здоровья, навыками формирования установок на здоровый образ жизни и формирования правильного (здоровье-сберегающего) отношения к своему здоровью; владеет системой знаний, касающихся формирования когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов здоровье-сберегающего отношения.</p>
ПК-3. Способен к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к разным социальным группам	
ИПК-3.1. Анализирует функционирование человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска.	<p>Знает основные задачи и специфику психологии здоровья как отрасли психологии; основные открытия, достижения, проблемы и особенности развития психологии здоровья как нового научного направления психологии; базовые понятия психологии здоровья; теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья как нового научного направления психологии изучающего связь здоровья с возрастными характеристиками личности, кризисами развития; факторы риска появления заболеваний или нарушения здоровья в разные возрастные периоды; специфику психического функционирования здорового человека и человека имеющего заболевание или ограниченные возможности, с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска.</p> <p>Умеет адекватно учитывать при анализе проблем клиента влияние возраста, кризисов развития, факторов риска на специфику психического функционирования человека и его здоровье; адекватно учитывать при анализе проблем клиента связь психологических индивидуально-типологических особенностей и образа жизни со здоровьем и формировать отношение личности к своему здоровью проявляющееся в стремлении к здоровье-сбережению, проводить работы по профилактике, коррекции и оптимизации развития личности на основе выделения факторов риска и ресурсов развития здоровье-сберегающего отношения и с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития.</p> <p>Владеет навыками анализа различных теоретических подходов к пониманию здоровья, здоровой личности, здорового образа жизни, связи здоровья с адаптацией и самореализацией личности; методом содержательного анализа различных теоретических подходов к пониманию здоровья, здоровой личности, здорового образа жизни и других проблем здоровья человека; методами выявления специфики психического функционирования человека с учетом его возрастных особенностей, кризисов развития и факторов риска.</p>
ИПК – 3.2. Оценивает затруднения и специфику функционирования человека в связи с его	Знает базовые понятия психологии здоровья; основные открытия, достижения, проблемы и особенности развития психологии здоровья как нового научного направления психологии

Код и наименование индикатора* достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
<p>принадлежностью к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p>	<p>поводящего оценку затруднений и специфики функционирования человека в связи с его принадлежностью к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам; теоретические и прикладные вопросы психологии здоровья как нового научного направления психологии изучающего связь здоровья с гендерными, этническими, профессиональными и другими социальными характеристиками личности; специфику психического функционирования здорового человека и человека имеющего заболевание или ограниченные возможности, с учетом его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p>
	<p>Умеет адекватно учитывать при анализе проблем клиента влияние профессии, индивидуально-типологических особенностей, гендерных особенностей, культуры, образа жизни и др. на специфику психического функционирования человека и его здоровье; при анализе затруднений и специфики функционирования клиента адекватно учитывать психологические особенности, влияние образа жизни, гендерную, этническую, профессиональную и другие характеристики связанные с принадлежностью к социальным группам; формировать отношение личности к своему здоровью проявляющееся в стремлении к здоровью-сбережению, проводить работы по профилактике, коррекции и оптимизации развития личности на основе выделения факторов риска и ресурсов развития здоровье-сберегающего отношения личности.</p>
	<p>Владеет методом содержательного анализа различных теоретических подходов к пониманию здоровья, здоровой личности, здорового образа жизни и других проблем здоровья человека; навыками анализа различных теоретических подходов к пониманию здоровой личности, здорового образа жизни, связи здоровья с адаптацией и самореализацией личности, а также связи здоровья с принадлежностью личности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам; методами оценки затруднений и выявления специфики психического функционирования человека с учетом его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p>

Содержание дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	СРС
1.	Основы психологии здоровья	14	2	2	-	10
2.	Здоровье, жизнедеятельность и адаптация личности	14	2	2	-	10
3.	Здоровье личности и ее самоактуализация, удовлетворенность жизнью и межличностные отношения	12	2	-	-	10
4.	Здоровье и образ жизни	14	-	4	-	10
5.	Индивидуально-типологические аспекты здоровья личности	17,8	2	2	-	13,8
	<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>	71,8	8	10	-	53,8
	Контроль самостоятельной работы (КСР)	-	-	-	-	-
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2				
	Подготовка к текущему контролю	-				
	Общая трудоемкость по дисциплине	72				

Курсовая работа: *не предусмотрена***Форма проведения аттестации по дисциплине:** *зачет*

Автор: кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности и общей психологии Удачина П.Ю.