



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖАЮ  
Директор ФГО  
Г.И. Абрамзон

03.03.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
***ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ***

Направление подготовки  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) программы  
Психология здоровья в образовании

Уровень высшего образования - магистратура

Форма обучения  
заочная

Институт/ факультет	Институт гуманитарного образования
Кафедра	Психологии
Курс	1

Магнитогорск  
2019 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (уровень магистратуры) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 127)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Психологии 19.02.2020, протокол № 6

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО 03.03.2020 г. протокол № 6

Председатель \_\_\_\_\_ Т.Е. Абрамзон

Рабочая программа составлена:  
доцент кафедры Психологии, \_\_\_\_\_

И.Ю. Бочкарёва

Рецензент:

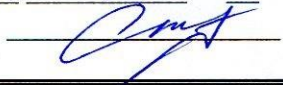
Директор муниципального учреждения «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Магнитогорска, \_\_\_\_\_ И.А. Шнерх



## Лист актуализации рабочей программы

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2020 - 2021 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от 01 09 2020 г. № 1  
Зав. кафедрой  О.П. Степанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2021 - 2022 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

формирование у студентов навыка владения планировать и проводить научные прикладные исследования, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения, осуществлять психологическое сопровождение субъектов образовательного процесса с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей работы, психологической профилактики и просвещения.

### **2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина Психологическое здоровье личности входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Научное исследование в психолого-педагогическом образовании, Психология инклюзивного образования, Современные проблемы психолого-педагогического образования, Диагностика психического здоровья, Основы патопсихологических, неврологических и психосоматических нарушений.

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Диагностика психического и психологического здоровья

Дистанционные технологии в образовании

Жизненный путь человека и его здоровье

Психология инклюзивного образования

Современные технологии здоровьесбережения

Учебная - ознакомительная практика

Арт-методы в коррекционно-развивающей работе

Коррекционно-развивающая работа в образовании

Основы патопсихологических, неврологических и психосоматических нарушений

Проектирование и реализация программ психологического сопровождения субъектов образовательного процесса

Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Психологическая помощь лицам с особыми образовательными потребностями

Психологическая профилактика и коррекция аддиктивного поведения

Психологическое консультирование в образовании

Социальная психология в образовании

Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Производственная - преддипломная практика

### **3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины (модуля) «Психологическое здоровье личности» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ПК-2	Способен осуществлять психологическое сопровождение субъектов образовательного процесса с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей работы, психологической профилактики и просвещения

ПК-2.1	Определять приоритетные направления психологического сопровождения субъектов образовательного процесса на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности
ПК-2.2	Проектировать и организовывать деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению субъектов образовательного процесса с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей работы, психологической профилактики и просвещения
ПК-1 Способен планировать и проводить научные прикладные исследования, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения	
ПК-1.1	Планировать научные прикладные исследования на основе анализа, обобщения информации о рисках и прогноза возможного неблагополучия в состоянии и динамике психологического здоровья населения
ПК-1.2	Разрабатывать и реализовывать программы профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья
ПК-1.3	Оценивать результативность программ профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья и представлять результаты исследования научному сообществу

#### 4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц 180 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 8,6 акад. часов;
- аудиторная – 6 акад. часов;
- внеаудиторная – 2,6 акад. часов
- самостоятельная работа – 162,7 акад. часов;
- подготовка к экзамену – 8,7 акад. часа

Форма аттестации - экзамен

Раздел/ тема дисциплины	Курс	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Психология здоровья как научное направление								
1.1 Основные понятия психологии здоровья. Задачи психологии здоровья	1			1/ИИ	14	Составление глоссария по теме Опрос на лекции	Опрос на практическом занятии	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
1.2 . Психологические факторы здоровья					14	Подготовка к практическим занятиям	Опрос на экзамене	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
1.3 Потенциалы здоровья. Роль клинического психолога в системе оказания медицинской помощи					14	Подготовка докладов-презентаций Составление кроссворда	Опрос на экзамене	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
Итого по разделу				1/ИИ	42			
2. Физическое, психическое и социальное здоровье								
2.1 Физическое здоровье личности	1				15	Составление глоссария по теме	Опрос на экзамене	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
2.2 Основы психологии здоровья личности		1		1/ИИ	15	Подготовка к практическим занятиям	Опрос на лекции Опрос на практическом занятии	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
2.3 Составляющие психологической устойчивости					15	Составление структурно-логической схемы	Опрос на экзамене	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
2.4 Акцентуации личности и психическое здоровье					15	Презентация	Опрос на экзамене	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3

2.5 Социальное здоровье личности				1/2И	15	Подготовка докладов по теме	Опрос на практическом занятии	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
Итого по разделу	1			2/3И	75			
3. Диагностика, профилактика и охрана психического здоровья личности								
3.1 Методы диагностики в психологии здоровья	1				15	Составление кроссворда по теме занятия	Опрос на экзамене	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
3.2 Психологические основы первичной профилактики зависимостей					15	Составление структурно-логической схемы	Опрос на экзамене	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
3.3 Основные принципы первичной профилактики зависимого поведения				1/2И	15,7	Подготовка к практическим занятиям	Опрос на практическом занятии	ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-1.1, ПК-1.2, ПК-1.3
Итого по разделу	1			1/2И	45,7			
Итого за семестр	2			4/6И	162,7		экзамен	
Итого по дисциплине	2			4/6И	162,7		экзамен	

## 5 Образовательные технологии

Самый оптимальный вариант планирования и организации студентом времени, необходимого для изучения дисциплины – распределить учебную нагрузку равномерно, т.е. каждую неделю знакомиться с необходимым теоретическим материалом на лекционных занятиях и закреплять полученные знания самостоятельно, прочитывая рекомендуемую литературу.

В работе предполагаются как элементы традиционной формы работы, так и формы работы с использованием игровых технологий, проблемных технологий и информационно-коммуникационных технологий, а именно:

Формы учебных занятий с использованием традиционных технологий:

Семинар – беседа преподавателя и студентов, обсуждение заранее подготовленных сообщений по каждому вопросу плана занятия с единым для всех перечнем рекомендуемой обязательной и дополнительной литературы. Информационная лекция – последовательное изложение материала в дисциплинарной логике, осуществляемое преимущественно вербальными средствами (монолог преподавателя).

Практическое занятие, посвященное освоению конкретных умений и навыков по предложенному алгоритму.

Лабораторная работа – организация учебной работы с реальными материальными и информационными объектами, экспериментальная работа с аналоговыми моделями реальных объектов.

Формы учебных занятий с использованием технологий проблемного обучения:

Проблемная лекция – изложение материала, предполагающее постановку проблемных и дискуссионных вопросов, освещение различных научных подходов, авторские комментарии, связанные с различными моделями интерпретации изучаемого материала.

Лекция «вдвоем» (бинарная лекция) – изложение материала в форме диалогического общения двух преподавателей

Практическое занятие в форме практикума – организация учебной работы, направленная на решение комплексной учебно-познавательной задачи, требующей от студента применения как научно-теоретических знаний, так и практических навыков.

Формы учебных занятий с использованием игровых технологий:

Учебная игра – форма воссоздания предметного и социального содержания будущей профессиональной деятельности специалиста, моделирования таких систем отношений, которые характерны для этой деятельности как целого.

Деловая игра – моделирование различных ситуаций, связанных с выработкой и принятием совместных решений, обсуждением вопросов в режиме «мозгового штурма», реконструкцией функционального взаимодействия в коллективе и т.п.

Ролевая игра – имитация или реконструкция моделей ролевого поведения в предложенных сценарных условиях.

Интерактивные технологии – организация образовательного процесса, которая предполагает активное и нелинейное взаимодействие всех участников, достижение на этой основе лично значимого для них образовательного результата.

Формы учебных занятий с использованием информационно-коммуникационных технологий:

Лекция-визуализация – изложение содержания сопровождается презентацией (демонстрацией учебных материалов, представленных в различных знаковых системах, в т.ч. иллюстративных, графических, аудио- и видеоматериалов).

Практическое занятие в форме презентации – представление результатов проектной или исследовательской деятельности с использованием специализированных программных сред.

Изучение статей к практическим занятиям



- Обозначение проблемы, раскрываемой в статье;
  - Краткая характеристика позиции автора по излагаемой проблеме;
  - Обозначение областей применения информации, излагаемой в статье;
  - Обозначение круга специалистов, которым статья может быть рекомендована.

**6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**  
Представлено в приложении 1.

**7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**  
Представлены в приложении 2.

**8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**  
**а) Основная литература:**

1. Ильина, Г. В. Здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина, Л. Н. Санникова ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2017. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL:

<https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3360.pdf&show=dcatalogues/1/1139105/3360.pdf&view=true> (дата обращения: 04.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - ISBN 978-5-9967-0997-7. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Ильина, Г. В. Практикум по здоровьесберегающим технологиям : учебно-методическое пособие / Г. В. Ильина, Л. Н. Санникова ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2016. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL:

<https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=2691.pdf&show=dcatalogues/1/1131653/2691.pdf&view=true> (дата обращения: 04.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

**б) Дополнительная литература:**

1. Орехова, Т. Ф. Учебно-методический комплекс по дисциплине «Педагогические здоровьесберегающие технологии» : учебное пособие / Т. Ф. Орехова, Т. В. Кружилина ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2018. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL:

<https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3681.pdf&show=dcatalogues/1/1527107/3681.pdf&view=true> (дата обращения: 15.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

2. Современные технологии здоровьесбережения : практикум / [сост.: Д. А. Хабибулин, Р. Р. Вахитов, Е. В. Абрамкин, А. В. Емельянов] ; МГТУ. - Магнитогорск : МГТУ, 2019. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). - Загл. с титул. экрана. - URL:

<https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3797.pdf&show=dcatalogues/1/1529948/3797.pdf&view=true> (дата обращения: 15.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

**в) Методические указания:**

• Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL:

<https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> (дата обращения: 18.10.2019). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

**г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

**Программное обеспечение**

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Windows 7 Professional(для	Д-1227-18 от 08.10.2018	11.10.2021
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое ПО	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое ПО	бессрочно

**Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>
Поисковая система Академия Google (Google Scholar)	URL: <a href="https://scholar.google.ru/">https://scholar.google.ru/</a>
Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам	URL: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>
Российская Государственная библиотека. Каталоги	<a href="https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/">https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/</a>
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	<a href="http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp">http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp</a>
Университетская информационная система РОССИЯ	<a href="https://uisrussia.msu.ru">https://uisrussia.msu.ru</a>
Международная наукометрическая реферативная и полнотекстовая база данных научных изданий «Web of science»	<a href="http://webofscience.com">http://webofscience.com</a>
Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Scopus»	<a href="http://scopus.com">http://scopus.com</a>
Международная база полнотекстовых журналов Springer Journals	<a href="http://link.springer.com/">http://link.springer.com/</a>

## **9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения дистанционных занятий лекционного типа: Стол компьютерный, стол письменный, стул офисный, документ-камера Epson, источник бесперебойного питания POWERCOMIMD-1500AP , камера высокого разрешения, компьютер персональный (типб), проектор ViewSonicPJD7526W, спикерфон настольный Calisto-620 Plantronics, веб-камера LogitechC920, система акустическая настольная, стереогарнитура (микрофон с шумоподавлением), экраннастенный Digis Optimal-C MW DSOC-11032\*2.

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: Стол компьютерный, стол письменный, стул офисный, документ-камера Epson, источник бесперебойного питания POWERCOMIMD-1500AP , камера высокого разрешения, компьютер персональный (типб), проектор ViewSonicPJD7526W, спикерфон настольный Calisto-620 Plantronics, веб-камера LogitechC920, система акустическая настольная, стереогарнитура (микрофон с шумоподавлением), экраннастенный Digis Optimal-C MW DSOC-11032\*2.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

## **Приложение 1**

### **Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов**

#### **Раздел 1. Психология здоровья как научное направление**

##### **1.1. Основные понятия психологии здоровья. Задачи психологии здоровья**

**Задание студентам:** самостоятельно изучите следующие теоретические вопросы:

1. Охарактеризуйте основные этапы становления психологии здоровья и ее современное состояние.
2. Можно ли утверждать, что в России XVII-XX вв. особое внимание уделялось проблеме здоровья в совокупном взаимодействии с окружающей средой?
3. Приведите известные подходы к определению психологии здоровья как нового научного направления.

Составьте глоссарий терминов на тему: «Основные понятия психологии здоровья» минимум на 50 слов.

##### **1.2. Психологические факторы здоровья**

**Задание студентам:** подготовить доклад-презентацию по следующим теоретическим вопросам курса:

1. Раскройте предметную область исследований в психологии здоровья.
2. Покажите, в чем заключается взаимосвязь психологии здоровья с другими научными дисциплинами.
3. Дайте анализ психологических факторов здоровья.

##### **1.3. Потенциалы здоровья. Роль клинического психолога в системе оказания медицинской помощи**

**Задание студентам:**

Самостоятельно изучите следующие теоретические вопросы:

1. Дайте анализ известных подходов к определению здоровья.
2. Раскройте понятие «потенциалы здоровья».
3. Покажите взаимосвязь уровней рассмотрения здоровья и болезни.
4. Определите роль клинического психолога в системе оказания медицинской помощи.

Составьте кроссворд по одной из предложенных к рассмотрению вопросов (на 50 слов).

## **Раздел 2. Физическое, психическое и социальное здоровье**

### **2.1. Физическое здоровье личности**

#### **Задание студентам:**

Самостоятельно изучите следующие теоретические вопросы и подготовьте презентацию по одному из вопросов темы:

1. Каковы основные черты организма человека как сложной биологической системы?
2. В чем сущность понятия «физическое здоровье»?
3. Каковы основные факторы физического здоровья?
4. Какие законы определяют уровень физического развития?
5. В чем сущность понятия «физическая подготовленность»?
6. В чем сущность понятия «функциональная подготовленность»?
7. Что представляют собой адаптационные резервы организма?
8. Какова структура системы функциональных резервов адаптации организма?

Составьте глоссарий терминов на тему: «Основные понятия физического здоровья» минимум на 50 слов.

### **2.2. Основы психологии здоровья личности**

#### **Задание студентам:**

Самостоятельно изучите следующие теоретические вопросы и подготовьте презентацию по одному из вопросов темы:

1. Какое значение имеет двигательная активность для формирования состояния физического здоровья?
2. Каковы методические подходы к объективной оценке уровня физического здоровья?
3. В чем суть метода самооценки физического здоровья?

### **2.3. Составляющие психологической устойчивости**

#### **Задание студентам:**

Составить структурно-логическую схему по изучаемой на практическом занятии теме.

Самостоятельно сформулировать несколько вопросов по теме и подготовить доклад-презентацию по выбранной теме.

### **2.4. Акцентуации личности и психическое здоровье.**

**Задание студентам:** подготовить доклад-презентацию по следующим теоретическим вопросам курса:

1. В чем состоит значение индивидуально-типологического подхода для психологии здоровья?
2. Какой вклад вносит психологический тип, с одной стороны, и акцентуации – с другой, в общее психическое здоровье индивида?
3. Назовите сильные стороны одного из психологических типов и покажите их адаптивное значение.
4. Сформулируйте рекомендации по здоровому образу жизни для представителей сенсорно-планирующего типа.
5. Опишите поведение и физиологические реакции людей интуитивно-чувственного типа в острых (кратковременных) стрессовых ситуациях.

6. Перечислите основные психологические проблемы людей интуитивно-чувственного типа и наметьте пути их решения.
7. Дайте определение акцентуации личности.
8. Назовите основные направления психологической коррекции при выраженной психастенической акцентуации.
9. Раскройте сущность психологических проблем при истероидной акцентуации личности и определите пути их психокоррекции.
10. Попробуйте самостоятельно проанализировать влияние возможных взаимосвязей между типом и акцентуациями личности на гипотетическом примере.

## 2.5. Социальное здоровье личности

### Задание студентам:

Составить структурно-логическую схему по изучаемой на практическом занятии теме.

Самостоятельно сформулировать несколько вопросов по теме и подготовить доклад-презентацию по выбранной теме.

Ответить на следующие вопросы теста:

1. К проявлениям .....относятся способность к самообновлению, саморегулированию и самовосстановлению:

А. самоорганизации; Б. рефлексии. В. самообразования. Г. самооценки

2. .... - это генетический потенциал организма, продукт наследственности и среды, реализующий наследственный потенциал, определяющий основные законы его индивидуальной жизни.

А. здоровье. Б. конституция человека. В. работоспособность. Г. гетеротропность.

3. К основным факторам физического здоровья человека НЕ относятся:

А. уровень физического развития. Б. уровень физической подготовленности.

В. уровень жизни. Г. уровень функциональной подготовленности организма к выполнению физических нагрузок.

4. Наука об индивидуальном здоровье человека:

А. Психология здоровья. Б. Нозология. В. Валеология. Г. Медицина.

5. Теория К.Леонгарда об акцентуациях характера было основана на представлениях и исследованиях:

А. Ганнушкина П.Б. Б. Выгосткого Л.С. В. Личко А.Е. Г. Реан А.А.

6. Область медицинской психологии, задачей которой является предоставление специализированной помощи практически здоровым людям с целью предотвращения нервно-психических и психосоматических заболеваний.

А. психология здоровья. Б. психосоматика В. психогигиена Г. генетика

7. Акцентуированный радикал, который проявляется прежде всего в агрессивном стиле преодоления препятствий и общения с окружающими, составляет .....акцентуацию характера:

А. паранояльную. Б. эксплозивную В. истероидную. Г. шизоидную.

8. Особое отношение личности к своему здоровью, которое выражается в осознании его ценности и активно-позитивном стремлении к его совершенствованию:

А. ВКБ. Б. ВКЗ. В. образ жизни. Г. стиль жизни.

9. Совокупность адаптационных реакций организма, носящих общий защитный характер и возникающих в ответ на значительные по силе и продолжительности неблагоприятные воздействия.

А. Адаптационный синдром.      Б. адаптация.      В. социализация.      Г. идентификация.

10. ....конституцию определяет психологический тип личности, ее характер и темперамент.

А. физиологическую.      Б. генетическую.      В. психическую.      Г. психологическую.

### **Раздел 3. Диагностика, профилактика и охрана психического здоровья личности**

#### **3.1. Методы диагностики в психологии здоровья**

##### **Задание студентам:**

Самостоятельно изучите следующие теоретические вопросы:

1. Назовите основные положения концепции «психология отношений» В. Н. Мясищева.

2. Дайте определение понятия «отношение к здоровью».

3. Назовите основные компоненты отношения к здоровью.

4. Назовите критерии степени адекватности/неадекватности отношения к здоровью.

5. Опишите основные гендерные особенности отношения к здоровью.

6. Какое влияние на отношение к здоровью оказывает возраст человека?

Составьте кроссворд по одной из предложенных к рассмотрению вопросов (на 50 слов).

#### **3.2. Психологические основы первичной профилактики зависимостей.**

##### **Задание студентам:**

Составить структурно-логическую схему по изучаемой на практическом занятии теме.

Самостоятельно сформулировать несколько вопросов по теме и подготовить доклад-презентацию по выбранной теме.

- Ответить на следующие вопросы теста:

Стресс, при котором имеет место негативное воздействие на органы и ткани организма.

А. психологический      Б. физиологический      В. мышечный.      Г. органический.

Акцентуация, которая проявляется в систематически приподнятом настроении, говорливости, импульсивности, возбудимости, относится к:

А. шизотимным.      Б. эпилептоидным.      В. истероидным.      Г. гипертимным.

Вид исследований, для которых выбирается событие в прошлом, влияние которого на здоровье требуется изучить, и формируется статистическая группа, подвергавшаяся воздействию этого события, называется ...

А. ретроспективным.      Б. проприоцептивным.      В. проспективным.      Г. рецептивным.

Идея целостного комплексного рассмотрения человека наиболее полно реализуется при использовании....подхода:

А. целостного.      Б. аналитического.      В. структурного.      Г. системного.

Общее свойство биологических систем, позволяющее устанавливать и поддерживать на определенном, относительно постоянном уровне те или иные физиолого-биохимические или другие биологические показатели - это:

А. саморазвитие.      Б. самосохранение.      В. саморегуляция.      Г. саморефлексия.

#### **3.3. Основные принципы первичной профилактики зависимого поведения**

##### **Задание студентам:**

Самостоятельно изучите следующие теоретические вопросы для обсуждения-дискуссии на практическом занятии:

1. Дайте характеристику наркоэпидемии в России (особенности, тенденции).
  2. Что такое физическая и психическая зависимость? Какое поведение соответствует понятию зависимое?
  3. Критерии разделения наркотиков на легальные и нелегальные.
  4. Какова распространенность курения и в чем состоит опасность употребления табака?
  5. Факторы риска и перечень причин, побуждающих людей курить.
  6. Что такое алкоголь? Каковы последствия употребления алкоголя?
  7. Факторы риска употребления алкоголя.
  8. Динамика психического состояния от употребления алкоголя (стадии опьянения).
  9. Стадии развития алкоголизма у подростков и взрослых.
  10. С какой целью употребляются лекарства без назначения врача? Каковы последствия этого?
  11. Какие личностные характеристики можно выделить у зависимых от ПАВ? Охарактеризуйте личностные типы наркозависимых.
  12. Стадии развития зависимости от наркотических веществ.
  13. Какие вещества относят к наркотическим по закону РФ?
  14. Какие факторы влияют на действие наркотического вещества?
  15. Факторы риска употребления наркотиков у подростков.
  16. Факторы защиты от употребления ПАВ.
  17. Ориентировочные индикаторы употребления наркотиков (медико-биологические, неспецифические).
  18. Специфические маркеры употребления конкретных наркотических веществ.
  19. Что такое созависимость и каковы ее симптомы?
- Ответить на следующие вопросы теста:

### Промежуточный тест по разделу 1

1. В конце XIX в. взаимосвязь между медициной и психологией подорвана научными исследованиями в ...:
  - А. клеточной патологии.      Б. биологии.      В. психологии.      Г. психиатрии
2. Первую в России экспериментально-психологическую лабораторию в Казанском университете в 1985 г. открыл:
  - А. русский психиатр В.М.Бехтерев.      Б. казанский психотерапевт Ф.Г. Рыбаков
  - В. Российский психолог Б.Г.Ананьев.      Г. русский нейропсихолог М.С. Лебединский
3. Греческий термин «Kline» обозначает:
  - А. болезнь.      Б. постель.      В. кушетка.      Г. симптом
4. Особенности системных нарушений у ребенка при локальных поражениях головного мозга, возникающие в ВПФ в 20-е гг. XX века изучал:
  - А. А.Н.Бернштейн.      Б. П.С.Боткин.      В. А.Р.Лурия.      Г. Л.С. Выготский
5. «Органическая парадигма» возникла на идеях ....:
  - А. Л. Пастера.      Б. Л. Уитмера.      В. Э.Крепелина.      Г. В.Вундта
6. Появление «психологии здоровья» датируется:
  - А. концом 80 г.      Б. серединой 80 г.      В. концом 90 г.      Г. началом 90 г
7. Кафедра пато- и нейропсихологии в МГУ создана в ....:
  - А. 1964 г.      Б. 1965г.      В. 1966 г.      Г. 1969г.
8. Впервые Э.Крепелин стал применять.... подходы в.... годы:
  - А. эмпирические, 80.      Б. практические, 90.
  - В. экспериментальные,90      Г. методологические, 80
9. В нашей стране в трудах А.Р.Лурия и его учеников получает свое развитие:

А. соматопсихология.      Б. патопсихология.      В. психопатология.      Г. нейропсихология

10. Первый учебник «Медицинская психология» опубликовал..... в .....

А. Кречмер Э., 1922 г.      Б. Рибо Т., 1920 г.      В. Пастер Л., 1922 г.      Г. Вирхов В., 1920 г.

11. Физиологический редукционизм в медицинской психологии преодолен в ... XX в:

А. начале 60х.      Б. конце 60х.      В. конце 50х.      Г. середине 50х.

12. Зарождение отечественной клинической психологии базируется на принципе:

А. лечения болезни в зависимости от симптома.

Б. лечение не болезни, а больного.

В. лечение болезни, основываясь на симптомокомплексе.

Г. лечение не больного, а болезни.

13. Первая психологическая клиника основана Л. Уитмером в .....

А. 1894 г.

Б. 1896 г.

В. 1907 г.

Г. 1912 г.

14. С начала 70 г XX века акцент в работе клинических психологов переместился с ... на .....

А. теории, практику.

Б. психотерапии, соматопсихологию.

В. диагностики, терапию.

Г. терапии, диагностику.

15. Первый отечественный учебник по клинической психологии вышел в свет в .....

А. 1965 г.

Б. 1966 г.

В. 1967 г.

Г. 1968 г.

### Промежуточный тест по разделу 2

1. К проявлениям ..... относятся способность к самообновлению, саморегулированию и самовосстановлению:

А. самоорганизации;      Б. рефлексии.      В. самообразования.      Г. самооценки

2. .... - это генетический потенциал организма, продукт наследственности и среды, реализующий наследственный потенциал, определяющий основные законы его индивидуальной жизни.

А. здоровье.      Б. конституция человека.      В. работоспособность.      Г. гетеротропность.

3. К основным факторам физического здоровья человека НЕ относятся:

А. уровень физического развития.      Б. уровень физической подготовленности.

В. уровень жизни.      Г. уровень функциональной подготовленности организма к выполнению физических нагрузок.

4. Наука об индивидуальном здоровье человека:

А. Психология здоровья.      Б. Нозология.      В. Валеология.      Г. Медицина.

5. Теория К. Леонгарда об акцентуациях характера было основана на представлениях и исследованиях:

А. Ганнушкина П.Б.      Б. Выгосткого Л.С.      В. Личко А.Е.      Г. Реан А.А.

6. Область медицинской психологии, задачей которой является предоставление специализированной помощи практически здоровым людям с целью предотвращения нервно-психических и психосоматических заболеваний.

А. психология здоровья.      Б. психосоматика      В. психогигиена      Г. генетика



7. Акцентуированный радикал, который проявляется прежде всего в агрессивном стиле преодоления препятствий и общения с окружающими, составляет .....акцентуацию характера:

А. паранояльную.            Б. эксплозивную            В. истероидную.            Г. шизоидную.

8. Особое отношение личности к своему здоровью, которое выражается в осознании его ценности и активно-позитивном стремлении к его совершенствованию:

А. ВКБ.            Б. ВКЗ.            В. образ жизни.            Г. стиль жизни.

9. Совокупность адаптационных реакций организма, носящих общий защитный характер и возникающих в ответ на значительные по силе и продолжительности неблагоприятные воздействия.

А. Адаптационный синдром.            Б. адаптация.            В. социализация.            Г. идентификация.

10. ....конституцию определяет психологический тип личности, ее характер и темперамент.

А. физиологическую.            Б. генетическую.            В. психическую.            Г. психологическую.

11. Стресс, при котором имеет место негативное воздействие на органы и ткани организма.

А. психологический            Б. физиологический            В. мышечный.            Г. органический.

12. Акцентуация, которая проявляется в систематически приподнятом настроении, говорливости, импульсивности, возбудимости, относится к:

А. шизотимным.            Б. эпилептоидным.            В. истероидным.            Г. гипертимным.

13. Вид исследований, для которых выбирается событие в прошлом, влияние которого на здоровье требуется изучить, и формируется статистическая группа, подвергавшаяся воздействию этого события, называется ...

А. ретроспективным.            Б. проприоцептивным.            В. проспективным.            Г. рецептивным.

14. Идея целостного комплексного рассмотрения человека наиболее полно реализуется при использовании.....подхода:

А. целостного.            Б. аналитического.            В. структурного.            Г. системного.

15. Общее свойство биологических систем, позволяющее устанавливать и поддерживать на определенном, относительно постоянном уровне те или иные физиолого-биохимические или другие биологические показатели - это:

А. саморазвитие.            Б. самосохранение.            В. саморегуляция.            Г. саморефлексия.

### Промежуточный тест по разделу 3

1. ....связано с постоянным взаимным обменом организма с внешней средой веществом, энергией и информацией.

А. Самообновление.            Б. Самоорганизация.            В. Самовосстановление.            Г. Самооценка.

2. .... - это защитный психологический механизм, при котором человек приписывает другим людям свои собственные, неприемлемые для сознания, инстинкты и желания.

А. регрессия.            Б. проекция.            В. защита.            Г. психическое здоровье.

3. Внешние проявления ..... подготовленности человека обеспечиваются деятельностью (функционированием) костно-мышечной, дыхательной, сердечнососудистой, нервной и других систем организма.

А. психической            Б. психологической            В. физической.            Г. функционально-мышечной.

4. Неодинаковая выраженность процесса старения в различных органах, в разных структурах одного и того же органа (ЦНС):

А. гетеротопность.      Б. старение.      В. регрессия.      Г. внутренняя картина здоровья

5. Акцентуация – это дисгармоничность развития характера, гипертрофированная выраженность отдельных его черт, что обуславливает повышенную уязвимость личности в отношении определенного рода воздействий и затрудняет ее адаптацию в некоторых специфических ситуациях. Данное определение принадлежит:

А. Лукину С.Е.      Б. Ганнушкину П.Б.      В. Лурия А.Р.      Г. Мясищеву В.Н.

6. Один из важных факторов, от которых зависит состояние здоровья и работоспособность организма, поскольку оно выполняет энергетическую, пластическую, биорегуляторную, резистентную функции.

А. здоровье      Б. болезнь      В. питание.      Г. образ жизни.

7. Акцентуированный радикал связан с ритуализацией жизни, введением ее в искусственные рамки, педантизмом, перфекционизмом, в основе которых лежит недостаточность иницирующих волевых механизмов. Это ...акцентуация:

А. Психастеническая.      Б. эпилептоидная.      В. шизоидная.      Г. гипертимная.

8 Снижение двигательной активности называется:

А. гипоаккузия.      Б. гипокинезия.      В. гипостезия.      Г. гипоосмия.

9. ....здоровьем называют характеристику функционального состояния организма человека по физическим и психическим показателям с целью оценки его способности к определенной профессиональной деятельности.

А. Профессиональным.      Б. психическим.      В. рабочим.      Г. социальным.

10. ....конституцию составляют: генетическая память (наследственность), эпигенетическая память (эмбриональный путь развития), иммунная память (о перенесенных заболеваниях), нейронная память (память, фиксируемая нейронами).

А. генетическую.      Б. психологическую.      В. функциональную.      Г. рефлексивную.

11. Стресс, при котором имеет место проявление отрицательных и положительных чувств и эмоций.

А. органический.      Б. психологический.      В. эмоциональный.      Г. функциональный.

12. Акцентуация, проявляющаяся аутическими тенденциями, уходом от реальности в мистику,

окультизм, эзотерические религии, называется:

А. гипертимной.      Б. депрессивной      В. шизоидной.      Г. истероидной.

13. В основе гомеостатического механизма лежит принцип:

А. саморегуляции.      Б. самосохранения.      В. саморефлексии.      Г. самоорганизации.

14. Вид исследований, при которых первоначально проводится оценка здоровья по широкому кругу показателей в группе детей, подростков или молодых взрослых с последующим повторением замеров через фиксированные промежутки времени на протяжении всего их жизненного пути, называется:

А. проприоцептивным.      Б. проспективным.      В. биоцептивным.      Г. ретроспективным.

15. Действия, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе моральным и правовым нормам.

А. виктимность.      Б. девиантность.      В. пенитенциарность.      Г. рецидив.

**Контрольная работа оформляется в виде реферата по выбранной ниже тематике:**

1. Охарактеризуйте основные этапы становления психологии здоровья и ее современное состояние.
2. Приведите известные подходы к определению психологии здоровья как нового научного направления.
3. Раскройте предметную область исследований в психологии здоровья.
4. Дайте анализ известных подходов к определению здоровья.
5. Что представляют собой адаптационные резервы организма?
6. Перечислите и охарактеризуйте различные аспекты гармонии личности.
7. В чем состоит значение индивидуально-типологического подхода для психологии здоровья?
8. Раскройте сущность девиантологического подхода к общественному здоровью; охарактеризуйте связи социологического и психологического подходов к изучению здоровья общества.
9. Охарактеризуйте показатели здоровья гендерных групп. Назовите теоретические модели, объясняющие различия в состоянии здоровья в зависимости от пола.
10. Дайте определение организационной патологии, перечислите ее признаки.
11. Что означает понятие «образ жизни»? Каковы основные факторы, детерминирующие образ жизни?
12. Дайте определение понятия «отношение к здоровью». Назовите основные компоненты отношения к здоровью.
13. Дайте определение психического самоуправления. Какие виды психического саморегулирования вы знаете?
14. Перечислите основные виды ранней психотерапевтической помощи, опишите специфику ее теоретических основ и способов реализации.
15. Что такое внутренняя картина здоровья (ВКЗ) и каково ее значение в исследовании психологии здоровья?
16. Каковы причины и виды искажения ВКЗ?
17. Какие факторы можно отнести к наиболее важным для сохранения психического здоровья студентов?
18. Раскройте концепцию психологического обеспечения профессиональной деятельности применительно к вопросу профессионального здоровья.
19. Раскройте понятие «профессиональное здоровье».
20. Дайте общую характеристику поведенческих и психических реакций человека в экстремальных ситуациях.
22. Определите два основных подхода к проблеме профилактики старения, существующих в настоящее время. Особенности современного состояния проблемы алкоголизма и наркомании в России. Теоретическое и практическое значение разработки проблемы для современного общества.
23. Основные понятия: зависимость, аддикция, аддиктивное поведение, девиантное поведение, деструктивное поведение, саморазрушающее поведение.
24. Понимание зависимости как личностного психологического расстройства. Склонность к зависимости как личностная характеристика.
25. Определение зависимости (по Ц.П. Короленко, А.Е. Личко, ВОЗ). Признаки зависимости.
26. Проблема классификации зависимостей.
27. Мотивационные аспекты зависимости. Возникновение влечения: условия (напряженность потребности, объект опредмечивания и т.д.). Нормальное и патологическое влечение.
28. Последствия зависимого поведения.

29. Основные группы факторов, детерминирующих возникновение и развитие зависимости. Проблема иерархизации факторов, обуславливающих склонность личности к зависимости.

30. Социальные факторы, детерминирующие возникновение и развитие зависимости.

31. Типы воспитания в семье и типы семей, создающих высокий риск возникновения зависимого поведения, способствующие возникновению аддиктивного поведения (по Курек И.С.).

32. Личностные (психологические) факторы, детерминирующие возникновение и развитие зависимости.

33. Особенности психологических защит зависимой личности.

34. Особенности самоотношения зависимой личности.

35. Биологические факторы, детерминирующие зависимое поведение.

36. Роль возрастных особенностей в формировании зависимого поведения.

37. Подростковый период как критический для формирования зависимости.

38. Алкогольная зависимость. Неоднозначность в понимании природы алкогольной зависимости. Основные теории алкоголизма.

39. Алкоголизм как заболевание. Стадии алкоголизма.

40. Синдром алкоголизма. Временная динамика алкогольной зависимости у мужчины и женщины.

41. Влияние микросреды на формирование склонности к алкоголизму. Отклонения в развитии личности как предпосылки алкоголизма.

42. Личностные особенности субъектов, предрасположенных к алкоголизму.

Варианты личностных изменений при алкоголизме

43. Наркотическая зависимость. Виды психоактивных веществ.

44. Психологические характеристики личности, зависимой от наркотиков.

45. Табачная зависимость.

46. Пищевая зависимость. Нервная анорексия как вид зависимости.

47. Изменения самосознания, изменения структуры мотивов у больных анорексией.

48. Процессуальные зависимости: игромания, работоголизм

49. Зависимое расстройство личности.

50. Единая природа различных видов зависимого поведения. Динамика смены зависимостей в процессе развития личности.

51. Основные типы профилактики: первичная, вторичная, третичная (классификация ВОЗ).

52. Методы первичной профилактики

53. Модели обучения здоровому образу жизни Э. Чарлтона

54. Гуманистические модели здоровой личности

55. Интегративные модели здоровой личности.

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
<p><b>ПК-1 Способен планировать и проводить научные прикладные исследования, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения</b></p>		
<p>ПК-1.1</p>	<p>Планировать научные прикладные исследования на основе анализа, обобщения информации о рисках и прогноза возможного неблагополучия в состоянии и динамике психологического здоровья населения.</p>	<p><i>Перечень теоретических вопросов к экзамену</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологическое обеспечение профессионального здоровья. Стресс профессиональной деятельности</li> <li>2. Основные определения и понятия психологии здоровья.</li> <li>3. Феномен профессионального «выгорания» его причины и методы предупреждения</li> <li>4. Аддиктивное поведение. Основные принципы профилактики аддиктивного поведения.</li> <li>5. Основные составляющие здорового образа жизни.</li> <li>6. Основные современные технологии проектирования научного исследования в психологии здоровья.</li> <li>7. Основные научные прикладные исследования, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения.</li> <li>8. Модели обучения здоровому образу жизни.</li> <li>9. Структурные и динамические характеристики здоровой личности</li> <li>10. Психологическая устойчивость, ее составляющие и основы</li> <li>11. Основы комплексного подхода к решению проблем профессиональной деятельности.</li> <li>12. Психическая саморегуляция и здоровье.</li> <li>13. Психологические типы как формы психического здоровья</li> <li>14. Современные эвристические модели здоровой личности.</li> </ol> <p><i>Задания на решение задач из профессиональной области, комплексные задания:</i></p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>1. Студентам предлагается ознакомиться с основными методами и методиками психологической диагностики здоровья обучающихся на основе изученного материала и методов психодиагностики и самостоятельно провести психологическую диагностику по одному из направлений. Далее спланировать научное исследование на основе анализа и обобщения информации о рисках возможного неблагополучия здоровья населения.</p> <p>2. Предлагается в установленные сроки представить авторскую программу психологической диагностики психического развития личности по выбранной теме. Тема определяется самостоятельно каждым студентом. Далее спланировать научное исследование на основе анализа и обобщения информации о возможной динамике развития неблагополучного состояния здоровья населения.</p> <p><i>И т.п.</i></p>
ПК-1.2	Разрабатывать и реализовывать программы профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья	<p><b><i>Примерные практические задания для экзамена:</i></b></p> <p>1. <b><i>Студентам предлагается разработать и реализовать программу психопрофилактики, направленную на улучшение психологического здоровья населения, подобрать современные прикладные исследования, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения на основе комплексного подхода и доказать взаимосвязь «Психологии здоровья личности» с другими научными дисциплинами на конкретных примерах:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- социология</li> <li>- клиническая психология</li> <li>- неврология</li> <li>- возрастная психология</li> <li>- психология спорта</li> <li>- социальная психология</li> <li>- дефектология</li> <li>- девиантология и виктимология и др.</li> </ul>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>Далее предлагается отметить в конкретных примерах: цель, предмет и объект изучения «Психологии здоровья» и дисциплины, которая с ней связана. Наметить конкретные методы, методики, техники и пр. из обеих рассматриваемых наук с целью эффективного решения создавшейся проблемы (ситуации, социального запроса и пр.).</p> <p><b>2. Подберите на Ваш взгляд наиболее эффективные научные прикладные исследования, на основе которых будут разработаны психокоррекционные программы, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения по психологии здоровья по соответствующим тематикам:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основные этапы становления психологии здоровья и ее современное состояние.</li> <li>• Подходы к определению психологии здоровья как нового научного направления.</li> <li>• Анализ известных подходов к определению здоровья.</li> <li>• Перечислите и охарактеризуйте различные аспекты гармонии личности.</li> <li>• Определение организационной патологии, перечислите ее признаки.</li> <li>• Определение понятия «отношение к здоровью». Назовите основные компоненты отношения к здоровью.</li> <li>• Основные виды ранней психотерапевтической помощи, опишите специфику ее теоретических основ и способов реализации.</li> <li>• Раскройте концепцию психологического обеспечения профессиональной деятельности применительно к вопросу профессионального здоровья.</li> <li>• Понятие «профессиональное здоровье».</li> <li>• Дайте общую характеристику поведенческих и</li> </ul>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>психических реакций человека в экстремальных ситуациях.</p> <p><i>И т.п.</i></p>
ПК-1.3	<p>Оценивать результативность программ профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья и представлять результаты исследования научному сообществу</p>	<p><b>Задания на решение задач из профессиональной области, комплексные задания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Студентам предлагается ознакомиться с основными современными прикладными исследованиями, направленными на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения на основе изученного материала и методов психодиагностики.</li> <li>2. Предлагается в установленные сроки представить авторскую программу психологической коррекции личности по выбранной теме. Тема определяется самостоятельно каждым студентом. Представить алгоритм выявления результативности разработанной авторской программы.</li> <li>3. Предлагается в установленные сроки представить авторскую программу психологической профилактики различных проблем личности по выбранной теме. Тема определяется самостоятельно каждым студентом. Представить алгоритм выявления результативности разработанной авторской программы.</li> </ol> <p><i>И т.п.</i></p>
<p><b>ПК-2 - способен осуществлять психологическое сопровождение субъектов образовательного процесса с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей работы, психологической профилактики и просвещения</b></p>		
ПК-2.1	<p>Определять приоритетные направления психологического сопровождения субъектов образовательного процесса на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и</p>	<p><b>Перечень теоретических вопросов к экзамену:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. История и теория становления психологии здоровья.</li> <li>2. Предмет и объект психологии здоровья</li> <li>3. Задачи психологии здоровья.</li> <li>4. Гендерные аспекты здоровья.</li> </ol>



Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
	развитие личности.	<p>5. Модели социального стресса.</p> <p>6. Основные методы психодиагностики и психологического консультирования.</p> <p>7. Социальные изменения и здоровье общества.</p> <p>8. Возрастные аспекты здоровья.</p> <p>9. Психологическое здоровье личности</p> <p>10. Отношение к здоровью и факторы, на него влияющие.</p> <p>11. Основные категории образа жизни. Понятие о здоровом образе жизни.</p> <p>12. Особенности коррекционно-развивающей работы в процессе образования.</p> <p>13. Гигиена и здоровье.</p> <p>14. Основные комплексные мероприятия по предупреждению рисков образовательной среды.</p> <p>15. Двигательная активность и здоровье</p> <p>16. Основы психологической профилактики проблем в образовании и психологического просвещения субъектов образовательного процесса.</p> <p>17. Здоровье в иерархии потребностей.</p> <p>18. Методологические подходы к разработке оздоровительных программ.</p> <p>19. Труд и здоровье.</p> <p><i>И т.п.</i></p> <p><b>Задания на решение задач из профессиональной области, комплексные задания:</b></p> <p>1. Предлагается в установленные сроки представить результаты работы по авторской программе коррекции психического развития личности обучающегося по конкретизированной теме. Тема определяется самостоятельно каждым студентом. Далее определить приоритетные направления психологического сопровождения субъектов</p>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>образовательного процесса на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности.</p> <p>И т.п.</p>
ПК-2.2	<p>Проектировать и организовывать деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению субъектов образовательного процесса с использованием методов психодиагностики, психологического консультирования, коррекционно-развивающей работы, психологической профилактики и просвещения.</p>	<p><b>Примерные практические задания для экзамена:</b></p> <p><b>1. Предлагается составить и заполнить таблицу, основываясь на реально осуществляемые мероприятия, занятия и т.п. по психологической профилактике рисков образовательной среды для психологического здоровья педагога в определенных социальных институтах общества.</b></p> <p><b>Далее необходимо предложить несколько своих мероприятий и пр. по охране здоровья индивидов и коллективов в тех же социальных институтах и провести анализ их эффективности.</b></p> <p><b>Далее спроектировать и организовать деятельность психолога по индивидуальному сопровождению субъектов образовательного процесса с использованием метода индивидуального и группового консультирования и на основе предварительной психологической диагностики.</b></p> <p><b>2. Спроектируйте несколько мероприятий по предупреждению рисков образовательной среды по следующим практическим направлениям работы психолога и составьте план психологического консультирования по одной из выбранных Вами тем:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проблема алкоголизма.</li> <li>2. Зависимость, аддикция, аддиктивное поведение, девиантное поведение, деструктивное поведение, саморазрушающее поведение.</li> <li>3. Склонность к зависимости как личностная характеристика.</li> <li>4. Типы воспитания в семье и типы семей, создающих высокий риск возникновения зависимого поведения, способствующие возникновению аддиктивного поведения (по Курек И.С.).</li> <li>5. Особенности психологических защит зависимой личности.</li> </ol>

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства
		<p>Особенности самоотношения зависимой личности.</p> <p><b>3. <i>Спроектируйте на Ваш взгляд адекватные методы диагностики психического развития обучающихся, ориентируясь на следующие цели исследования:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Склонность к виктимному поведению обучающихся</li> <li>• Склонность к аддиктивному поведению обучающихся</li> <li>• Склонность к асоциальному поведению обучающихся</li> <li>• Склонность к суицидальному поведению обучающихся и пр.</li> </ul> <p><b>4. <i>Провести диагностику психического развития обучающихся разных направлений подготовки (гуманитарные и технические специальности). Выборка минимум 10 человек. Методики для психологической диагностики подобрать в соответствии с целью исследования.</i></b></p> <p>Проанализировать полученные результаты исследования и предоставить психологические характеристики на всех респондентов с качественной интерпретацией результатов исследования на экзамен для обсуждения выводов по проделанной Вами работе.</p> <p><i>И т.п.</i></p>

**б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:**

Промежуточная аттестация по дисциплине «**Психологическое здоровье личности**» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме экзамена.

Экзамен по данной дисциплине проводится в устной форме по заданиям: теоретическим вопросам (два вопроса) и практическое задание (одно задание).

***Показатели и критерии оценивания экзамена:***

– на оценку «**отлично**» (5 баллов) – обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций ПК-1, ПК-2, всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

– на оценку «**хорошо**» (4 балла) – обучающийся демонстрирует средний уровень сформированности компетенций ПК-1, ПК-2: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.

– на оценку «**удовлетворительно**» (3 балла) – обучающийся демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций ПК-1, ПК-2: в ходе контрольных мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

– на оценку «**неудовлетворительно**» (2 балла) – обучающийся демонстрирует знания не более 20% теоретического материала, допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

– на оценку «**неудовлетворительно**» (1 балл) – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.