

## **МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет  
имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России)**

**Институт клинической психологии и социальной работы**

**«СОГЛАСОВАНО»**

Председатель Общероссийской  
общественной организации  
«Российский Красный Крест»

\_\_\_\_\_ Савчук П. О

**«23» июня 2023 г.**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор Института клинической психологии  
и социальной работы  
д-р психол. наук, проф.

\_\_\_\_\_ В.Б. Никишина

**«23» июня 2023 г.**

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **ФД.1 ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ**

для образовательной программы высшего образования -  
программы магистратуры  
по направлению подготовки  
39.04.02 Социальная работа  
Направленность (профиль):  
«Управление стратегическими проектами в сфере общественного здоровья»

Настоящая рабочая программа дисциплины ФД.1 «Психология здоровья» (Далее – рабочая программа дисциплины), является частью программы магистратуры по направлению подготовки 39.04.02 Социальная работа.

Направленность (профиль) образовательной программы – «Управление стратегическими проектами в сфере общественного здоровья».

Форма обучения: очная

Рабочая программа дисциплины подготовлена на базе Института клинической психологии и социальной работы (далее – Институт) ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России и на базе Академии Красного Креста ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России (далее – Академия), авторским коллективом под руководством Директора Института клинической психологии и социальной работы, д-р психол.наук, проф. Никишиной Веры Борисовны и Председателя общероссийской общественной организации «Российский красный крест», зам. руководителя Общественного совета при ФМБА России; зам. директора Федерального центра поддержки добровольчества и наставничества в сфере охраны здоровья Минздрава России Савчука Павла Олеговича.

Составители:

№ п.п	Фамилия, Имя, Отчество	Ученая степень, ученое звание	Занимаемая должность	Основное место работы	Подпись
1.	Савчук Павел Олегович	-	Председатель общероссийской общественной организации «Российский красный крест», зам. руководитель Общественного совета при ФМБА России; зам. директора федерального центра поддержки добровольчества и наставничества в сфере охраны здоровья Минздрава России	Общероссийская общественная организация «Российский Красный Крест»	
2.	Даниленко Ольга Васильевна	-	Доцент факультета социальной психологии МГППУ	Факультет социальной психологии МГППУ	

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры (Протокол № 11 от «22» июня 2023 г.).

Рабочая программа дисциплины рекомендована к утверждению рецензентами:

№ п/п	Фамилия, Имя, Отчество	Ученая степень, ученое звание	Занимаемая должность	Основное место работы	Подпись
-------	------------------------	-------------------------------	----------------------	-----------------------	---------

1.	Иванов Сергей Юрьевич	Д-р социолог. наук, профессор	Заведующий кафедрой теоретической и специальной социологии имени М.А. Будановой ИСГО	ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет»	
2.	Рычихина Элина Николаевна	Д-р социолог. наук, доцент	Профессор Института специального образования и психологии	ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»	

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена советом Института клинической психологии и социальной работы, протокол № 11 от «23» июня 2023 г.

Нормативно-правовые основы разработки и реализации рабочей программы дисциплины:

1) Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – магистратура по направлению подготовки 39.04.02 Социальная работа, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05 февраля 2018 г. № 80 (Далее – ФГОС ВО 3++).

2) Общая характеристика образовательной программы магистратуры по направлению подготовки 39.04.02 Социальная работа.

3) Учебный план образовательной программы магистратуры по направлению подготовки 39.04.02 Социальная работа.

4) Устав и локальные акты Университета.

## 1. Общие положения

### 1.1. Цель и задачи освоения дисциплины

1.1.1. Целью освоения учебной дисциплины «Психология здоровья» является получение обучающимися системных теоретических и прикладных знаний в области психологии здоровья, механизмах, условиях, способах его позитивного развития.

1.1.2. Задачи, решаемые в ходе освоения программы дисциплины:

- **сформировать систему знаний**, умений, навыков, компетенций в сфере психологии здоровья;
- сформировать целостное представление о феномене здоровья на основе анализа современных концепций здоровья и сопоставлении моделей здоровья.
- развивать умения применять данные теоретических и практических исследований в области психологии здоровья в социальной работе;
- развивать ценностное отношение к собственному здоровью, установки на здоровый образ жизни;
- формировать навыки анализа образа жизни и факторов здоровья в социальной работе с разными целевыми группами;
- **развивать умения, навыки критического анализа информации** по здоровому образу жизни, разработки программы здорового образа жизни с опорой на доказательные исследования и валидные рекомендации специалистов;
- **сформировать готовность** применять в профессиональной деятельности теоретические и методические знания в области психологии здоровья в социальной сфере;
- успешное прохождение текущего контроля и промежуточной аттестации, предусмотренных настоящей рабочей программой.
- развитие профессионально важных качеств личности, значимых для реализации формируемых компетенций.

### 1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина ФД.1 «Психология здоровья» изучается во 2-м семестре и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока ФД. Является факультативной дисциплиной.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е.

Для успешного освоения настоящей дисциплины обучающиеся должны освоить следующие дисциплины: Маркетинг услуг в сфере общественного здоровья, и пройти учебную практику - Ознакомительная практика.

Знания, умения и опыт практической деятельности, приобретенные при освоении настоящей дисциплины, необходимы для успешного освоения дисциплин: Стратегии внедрения инноваций в сфере общественного здоровья; Стратегия грантовой деятельности в сфере общественного здоровья; Экспертиза проектов в сфере общественного здоровья.

### 1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

2 семестр

Код и наименование компетенции	
Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Универсальные компетенции	

<b>УК-6.</b> Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни.		
<b>УК-6. ИД2</b> - Планирует свою деятельность в рамках профессиональных задач.	Знать:	факторы, формирующие здоровье, психологические и социальные условия поддержания и восстановления здоровья, показатели и критерии оценки качества здорового образа жизни.
	Уметь:	анализировать собственные установки и особенности поведения о отношении к здоровью, уметь вносить вклад в развитие собственного здоровья; умение выделять составляющую, связанную с психологией здоровья, в социальной работе с различными целевыми группами.
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	навыками формирования здорового образа жизни; навыками осуществления профилактической и просветительской работы; навыками сохранения и поддержания физического и психического здоровья; навыками психической саморегуляции.
<b>Профессиональные компетенции</b>		
<b>ПК-4.</b> Способен к планированию и организации деятельности сотрудников и подразделений организаций, реализующих деятельность по социальной помощи населению в сфере общественного здоровья		
<b>ПК-4. ИД2</b> - Умеет выбрать приоритеты и организовать выполнение наиболее эффективных мероприятий, прикладных и практических проектов, направленных на здоровье сбережение	Знать:	современные модели здоровья, соотношение биологических, социальных, психологических факторов в обеспечении успеха профилактической и реабилитационной работы; место психологии здоровья в системе помогающих практик, особенности психологического восприятия информации о здоровом образе жизни у представителей разных социальных групп.
	Уметь:	анализировать и прогнозировать особенности поведения и мотивации людей различного социального и культурного происхождения в сфере здоровья; выявлять факторы риска нарушения здоровья; работать с сопротивлением и мотивацией на здоровый образ жизни.
	Владеть практическим опытом (трудовыми действиями):	анализа, разработки и модификации с учетом целевой аудитории профилактических программ, направленных на формирование здорового образа жизни; навыками разработки и модификации программы с учетом потребностей целевой группы.

## 2. Формы работы обучающихся, виды учебных занятий и их трудоёмкость

Виды учебных занятий/ Формы промежуточной аттестации / Формы работы обучающихся	Всего часов	Распределение часов по семестрам			
		1	2	3	4
<b>Учебные занятия</b>					
<i>Контактная работа обучающихся с преподавателем в семестре (КР), в т.ч.:</i>	16		16		

Лекционное занятие (ЛЗ)					
Семинарское занятие (СЗ)	14		14		
Практическое занятие (ПЗ)					
Практикум (П)					
Лабораторно-практическое занятие (ЛПЗ)					
Лабораторная работа (ЛР)					
Клинико-практические занятия (КПЗ)					
Специализированное занятие (СПЗ)					
Комбинированное занятие (КЗ)					
Коллоквиум (К)	2		2		
Контрольная работа (КР)					
Итоговое занятие (ИЗ)					
Групповая консультация (ГК)					
Конференция (Конф.)					
Иные виды занятий					
<b>Самостоятельная работа обучающихся в семестре (СРО), в т.ч.</b>	<b>56</b>		<b>56</b>		
Подготовка к учебным аудиторным занятиям	56		56		
Подготовка истории болезни					
Подготовка курсовой работы					
Подготовка реферата					
Иные виды самостоятельной работы (в т.ч. выполнение практических заданий проектного, творческого и др. типов)					
<b>Промежуточная аттестация</b>					
<b>Контактная работа обучающихся в ходе промежуточной аттестации (КРПА), в т.ч.:</b>					
Зачёт (З)					
Защита курсовой работы (ЗКР)					
Экзамен (Э)					
<b>Самостоятельная работа обучающихся при подготовке к промежуточной аттестации (СРПА), в т.ч.</b>					
Подготовка к экзамену					
<b>Общая трудоемкость дисциплины (ОТД)</b>	<b>в часах: ОТД = КР+СРС+КРПА+СРПА</b>	<b>72</b>	<b>72</b>		
	<b>в зачетных единицах: ОТД (в часах):36</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Содержание разделов, тем дисциплины

№ п/п	Шифр компетенции	Наименование раздела (модуля), темы дисциплины (модуля)	Содержание раздела и темы в дидактических единицах
1	2	3	4
1.	УК-6. ИД2; ПК-4. ИД2.	<b>Тема 1.</b> Введение в психологию здоровья	Определение психологии здоровья и задачи ее исследования. Подход, основанный на здоровье. Психогигиена и профилактика- сходство и различие. Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками. Представлению о здоровье как многомерном феномене. Основные методологические основания психологического исследования в психологии здоровья. Различные модели и способы описания и определения психического здоровья в медицине и психологии. Уровни здоровья: физическое, психическое, психологическое, социальное, профессиональное, духовное. Психология здоровья и проблема

			адаптации и адаптационных ресурсов. Концепция качества жизни и методы его измерения.
2	УК-6. ИД2; ПК-4. ИД2.	<b>Тема 2.</b> Социально-психологические аспекты здоровой личности	Концепции здоровой личности. В.М. Бехтерев о здоровье личности. Представление о здоровой личности в психоанализе и гуманистической психологии. Психоаналитическая концепция здоровья. Теория самоактуализации личности (А. Маслоу). Перечень качеств зрелой и здоровой личности. Здоровье как личностная ценность. Роль личностного фактора в развитии психосоматических заболеваний. «Психогенный профиль» как совокупность личностных характеристик, ведущих к психосоматической патологии. Психическое самоуправление (саморегуляция, самоконтроль) и здоровье. Психолого-социальные факторы здоровья личности. Социокультурные факторы здоровья личности: социально-демографические, пол, семейный статус, возраст, социально-экономический статус, культурный подход. Поведение, связанное со здоровьем и болезнью. Методы диагностики в сфере психологии здоровья личности.
3.	УК-6. ИД2; ПК-4. ИД2.	<b>Тема 3.</b> Образ жизни и здоровье личности.	Концепция здорового образа жизни. Образ жизни: определение, структура образа жизни. Медицинская активность как вид деятельности человека. Основные категории образа жизни: уровень жизни, стиль жизни, качество жизни и уклад. Влияние образа жизни на здоровье. Здоровый образ жизни (ЗОЖ): определение, история становления, социальные условия мотивация. Отношение к здоровью: концепция «психология отношения»; факторы, оказывающие влияние на отношение к здоровью; психологические и социальные причины его неадекватного формирования. Внутренняя картина здоровья. Формирование ЗОЖ, модели обучения здоровому образу жизни. Концепция факторов здорового образа жизни. Концепция факторов риска здоровья, Вклад факторов риска в развитие заболеваемости, общей смертности. Структура факторов здорового образа жизни. Отказ от курения, злоупотребления алкоголем и употребления наркотиков, рациональное питание, достаточность сна, оптимальная двигательная активность, рациональный режим труда и отдыха, адекватное сексуальное поведение, активный отдых, оптимальная медицинская активность, оптимальная социальная активность и самосовершенствование как факторы здорового образа жизни. Психологические и физические последствия «нездорового стремления к здоровью» - пример орторексия. Причины и сложности в построении программы здорового образа жизни.
4.	УК-6. ИД2; ПК-4. ИД2.	<b>Тема 4.</b> Социально-психологические факторы профессионального здоровья	Проблема профессионального здоровья. Концепция психологического обеспечения профессионального здоровья (мониторинг здоровья). Реализация программ здоровья на производстве. Надежность профессиональной деятельности и здоровье персонала. Психологический стресс в профессиональной деятельности и его профилактика. Профессиональные заболевания и

			деформации личности. Трудоголизм. Психогигиена в профессиональной деятельности. Проблемы здоровья при завершении профессионального пути (выход на пенсию). Концепция профессионального здоровья. Понятие «профессиональное здоровье». Основы психологического прогнозирования профессионального здоровья. Гендерные различия в проявлении профессионального здоровья. Синдром психического выгорания: причины, симптомы. Психология здоровья в области профессий повышенного риска (МЧС, летчики, военные и т.д.).
5.	УК-6. ИД2; ПК-4. ИД2.	<b>Тема 5.</b> Жизненный путь человека и его здоровье	Перинатальный период формирования здоровья. Влияние особенностей перинатального развития на здоровье. Психологические аспекты формирования здоровья в детском возрасте. Программы ранней помощи для детей от рождения до трех лет. Внутренняя картина здоровья детей и подростков. Психологические аспекты здоровья в подростковом и юношеском возрасте. Психология здоровья в браке и материнстве. Психология здоровья пожилых людей. Психологические особенности долгожителей.
6.	УК-6. ИД2; ПК-4. ИД2.	<b>Тема 6.</b> Стресс и копинг как факторы здоровья. Концепция жизнестойкости.	Понятия «стресс» и «стрессовый процесс». Стрессоры, их классификация, связь с нарушениями здоровья, выгоранием, психическими расстройствами; выученная беспомощность. Хронические перегрузки и их воздействие. Факторы, изменяющие связь стрессоров с психическими расстройствами. Особенности личности как опосредующие факторы. Признаки совладения со стрессом (копинг) как опосредующий фактор. Концепции совладения со стрессом. Виды копинга. Влияние копинга на здоровье и на психические расстройства. Признаки социального окружения как модераторы стресса. Концепция жизнестойкости. Духовные опоры преодоления стрессов и травматических событий.

### 3.2. Перечень разделов, тем дисциплины для самостоятельного изучения обучающимися (при наличии)

Тем дисциплины для самостоятельного изучения обучающимися в программе не предусмотрено.

## 4. Тематический план дисциплины

### 4.1. Тематический план контактной работы обучающихся с преподавателем

№ п/п	Виды учебных занятий/форма промежуточной аттестации*	Период обучения (семестр). Порядковые номера и наименование тем (модулей) модулей. Темы учебных занятий.	Количество часов контактной работы	Виды текущего контроля успеваемости**	Формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации***					
					КП	ОУ	А	ОП	ТЭ	КПР

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>2 семестр</b>										
		<b>Тема 1. Введение в психологию здоровья</b>								
1	СЗ	Знакомство с психологией здоровья как с областью научных исследований и основой практической работы в профилактике нарушений здоровья и адаптации, а также в реабилитации.	2	Д,Т	+		+			
		<b>Тема 2. Социально-психологические аспекты здоровой личности</b>								
2	СЗ	Концепции здоровой личности в медицине и психологии. Личностные факторы формирования здоровья.	2	Д,Т	+	+	+			
3	СЗ	Психолого-социальные факторы здоровья личности. Социокультурные факторы здоровья личности: социально-демографические, пол, семейный статус, возраст, социально-экономический статус, культурный подход, традиции отношения к здоровью.	2	Д, Т	+	+	+			
		<b>Тема 3. Образ жизни и здоровье личности</b>								
4	СЗ	Концепция здорового образа жизни. Образ жизни: определение, структура образа жизни. Основные категории образа жизни: уровень жизни, стиль жизни, качество жизни и уклад. Влияние образа жизни на здоровье. Здоровый образ жизни (ЗОЖ): история становления, социальные условия, мотивация. Психология питания, сна и профилактики нездорового поведения. Образ жизни и концепции его формирования. Проблемы в области здорового образа жизни в современном обществе.	2	Д,Т	+	+	+			
		<b>Тема 4. Социально-психологические факторы профессионального здоровья</b>								
5	СЗ	Проблема профессионального здоровья. Концепция психологического обеспечения профессионального здоровья (мониторинг здоровья). Реализация программ здоровья на производстве. Надежность профессиональной деятельности здоровье персонала. Психологический стресс в профессиональной деятельности и его профилактика. Профессиональные заболевания и деформации личности. Трудоголизм. Эмоциональное выгорание. Психогигиена и психопрофилактика в профессиональной сфере. Профилактика выгорания у работающих социальной сфере.	2	Д,Т	+	+	+			
		<b>Тема 5. Жизненный путь человека и его</b>								

		здоровье								
6	СЗ	Особенности проявления здоровья на каждом возрастном этапе развития человека. Психологические особенности, влияющие на здоровье на каждом этапе жизни. Факторы риска и задачи психогигиенического и психопрофилактического сопровождения здоровья в онтогенезе.	2	Д,Т	+	+	+			
		<b>Тема 6.</b> Стресс и копинг как факторы здоровья. Концепция жизнестойкости.								
7	СЗ	Стрессоры как неизбежная часть жизни. Травматический стресс. Копинг и концепция жизнестойкости как ориентиры психогигиенических и психопрофилактических и реабилитационных программ	2	Д,Т	+	+	+			
8	ИЗ	<i>Итоговый контроль по дисциплине</i>	2	Д,И	+	+		+		
		<b>Всего часов за семестр:</b>	<b>16</b>							
		<b>Всего часов по дисциплине:</b>	<b>16</b>							

**Условные обозначения:**

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации \*

Виды учебных занятий, формы промежуточной аттестации	Сокращённое наименование	
	Лекционное занятие	Лекция
Семинарское занятие	Семинар	СЗ
Практическое занятие	Практическое	ПЗ
Практикум	Практикум	П
Лабораторно-практическое занятие	Лабораторно-практическое	ЛПЗ
Лабораторная работа	Лабораторная работа	ЛР
Клинико-практические занятия	Клинико-практическое	КПЗ
Специализированное занятие	Специализированное	СЗ
Комбинированное занятие	Комбинированное	КЗ
Коллоквиум	Коллоквиум	К
Контрольная работа	Контр. работа	КР
Групповая консультация	Групп. консультация	КС
Конференция	Конференция	Конф.
Зачёт	Зачёт	З
Защита курсовой работы	Защита курсовой работы	ЗКР
Экзамен	Экзамен	Э

Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)\*\*

Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)**	Сокращённое наименование		Содержание
Текущий дисциплинирующий контроль	Дисциплинирующий	Д	Контроль посещаемости занятий обучающимся
Текущий тематический контроль	Тематический	Т	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности на занятиях по теме.
Текущий рубежный (модульный) контроль	Рубежный	Р	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по теме (разделу) дисциплины
Текущий	Итоговый		Оценка усвоения обучающимся знаний,

итоговый контроль		И	умений и опыта практической деятельности по темам (разделам) дисциплины
-------------------	--	---	---

**Формы проведения текущего контроля успеваемости  
и промежуточной аттестации обучающихся /виды работы обучающихся/ \*\*\***

№	Формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся (ФТКУ) ***	Техническое и сокращённое наименование		Виды работы обучающихся (ВРО) ***	Типы контроля
1	Контроль присутствия (КП)	Присутствие	КП	Присутствие	Присутствие
2	Учет активности (А)	Активность	А	Работа на занятии по теме	Участие
3	Опрос устный (ОУ)	Опрос устный	ОУ	Выполнение задания в устной форме	Выполнение обязательно
4	Опрос письменный (ОП)	Опрос письменный	ОП	Выполнение задания в письменной форме	Выполнение обязательно
5	Опрос комбинированный (ОК)	Опрос комбинированный	ОК	Выполнение заданий в устной и письменной форме	Выполнение обязательно
6	Тестирование в электронной форме (ТЭ)	Тестирование	ТЭ	Выполнение тестового задания в электронной форме	Выполнение обязательно
7	Проверка реферата (ПР)	Реферат	ПР	Написание (защита) реферата	Выполнение обязательно
8	Проверка лабораторной работы (ЛР)	Лабораторная работа	ЛР	Выполнение (защита) лабораторной работы	Выполнение обязательно
9	Подготовка учебной истории болезни (ИБ)	История болезни	ИБ	Написание (защита) учебной истории болезни	Выполнение обязательно
10	Решение практической (ситуационной) задачи (РЗ)	Практическая задача	РЗ	Решение практической (ситуационной) задачи	Выполнение обязательно
11	Подготовка курсовой работы (ПКР)	Курсовая работа	ПКР	Выполнение (защита) курсовой работы	Выполнение обязательно
12	Клинико-практическая работа (КПР)	Клинико-практическая работа	КПР	Выполнение клинико-практической работы	Выполнение обязательно
13	Проверка конспекта (ПК)	Конспект	ПК	Подготовка конспекта	Выполнение обязательно
14	Проверка контрольных нормативов (ПKN)	Проверка нормативов	ПKN	Сдача контрольных нормативов	Выполнение обязательно
15	Проверка отчета (ПО)	Отчет	ПО	Подготовка отчета	Выполнение обязательно
16	Контроль выполнения домашнего задания (ДЗ)	Контроль самостоятельной работы	ДЗ	Выполнение домашнего задания	Выполнение обязательно, Участие
17	Контроль изучения электронных образовательных	Контроль ИЭОР	ИЭОР	Изучения электронных образовательных ресурсов	Изучение ЭОР

	ресурсов (ИЭОР)			
--	-----------------	--	--	--

## 5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

### 5.1. Планируемые результаты обучения по темам и/или разделам дисциплины

Планируемые результаты обучения по темам и/или разделам дисциплины, соотнесенные с планируемыми результатами освоения дисциплины – согласно п. 1.3. и содержанием дисциплины – согласно п.3. настоящей рабочей программы дисциплины.

### 5.2. Формы проведения текущего контроля успеваемости

Текущий контроль успеваемости обучающегося в семестре осуществляется в формах, предусмотренных тематическим планом настоящей рабочей программы дисциплины (см. п. 4.1).

### 5.3. Критерии, показатели и оценочные средства текущего контроля успеваемости обучающихся

#### 5.3.1. Условные обозначения:

##### Типы контроля (ТК)\*

Типы контроля	Тип оценки	
Присутствие	П	наличие события
Участие (дополнительный контроль)	У	дифференцированный
Изучение электронных образовательных ресурсов (ЭОР)	И	наличие события
Выполнение (обязательный контроль)	В	дифференцированный

##### Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)\*\*

Виды текущего контроля успеваемости (ВТК)**	Сокращённое наименование		Содержание
Текущий дисциплинирующий контроль	Дисциплинирующий	Д	Контроль посещаемости занятий обучающимся
Текущий тематический контроль	Тематический	Т	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности на занятиях по теме.
Текущий рубежный (модульный) контроль	Рубежный	Р	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по теме (разделу) дисциплины
Текущий итоговый контроль	Итоговый	И	Оценка усвоения обучающимся знаний, умений и опыта практической деятельности по темам (разделам) дисциплины

#### 5.3.2. Структура текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

##### 2 семестр

Виды занятий		Формы текущего контроля успеваемости/виды работы		ТК*	ВТК**	Max	Min	Шаг
Лекционное занятие	ЛЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
Семинарское занятие	СЗ	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0

		Опрос устный	ОУ	В	Т	10	0	1
		Учет активности	А	У	Т	10	0	1
Коллоквиум	К	Контроль присутствия	КП	П	Д	1	0	0
		Опрос устный	ОУ	В	Р	20	0	1
		Опрос письменный	ОП	В	Р	20	0	1

### 5.3.3. Весовые коэффициенты текущего контроля успеваемости обучающихся (по видам контроля и видам работы)

2 семестр

Вид контроля	План %	Исходно		Формы текущего контроля успеваемости/виды работы	ТК	План %	Исходно		Кэф.
		Баллы	%				Баллы	%	
Текущий дисциплинирующий контроль	1	16	8,6	Контроль присутствия	П	1	16	8,6	0,06
Текущий тематический контроль	29	130	69,9	Учет активности	У	14	70	37,6	0,2
				Опрос устный	В	15	60	32,3	0,25
Текущий рубежный (модульный) контроль	70	40	21,5	Опрос устный	В	35	20	10,8	1,75
				Опрос письменный	В	35	20	10,8	1,75
<b>Мах кол. баллов</b>	<b>100</b>	<b>186</b>							

### 5.4. Методические указания по порядку проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине по формам текущего контроля, предусмотренным настоящей рабочей программой дисциплины.

Методические указания по порядку проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине по формам текущего контроля, предусмотренным настоящей рабочей программой дисциплины (см. п. 5.3.2), подготавливаются кафедрой и объявляются преподавателем накануне проведения текущего контроля успеваемости.

Перечень вопросов для подготовки к текущему контролю успеваемости по дисциплине «Психология здоровья»:

1. Биомедицинская и био-психосоциальная модели здоровья.
2. В чем суть био-психо-социо-духовной модели здоровья.
3. Предмет, задачи и становление психологии здоровья.
4. Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками.
5. Здоровье как системное понятие.
6. Уровни рассмотрения здоровья и их взаимосвязь.
7. Критерии психического и социального здоровья.
8. Методы оценки и самооценки психического и социального здоровья.
9. Здоровый образ жизни: определение, категории образа жизни.
10. Мотивация здорового образа жизни и модели обучения.
11. Условия и пути формирования здорового образа жизни.
12. Основные факторы здорового образа жизни.
13. Характеристика адекватного отношения к здоровью.
14. Основные проблемы в области здорового образа жизни в современном обществе.

Понятие здоровья в психологии.

15. Понятие здоровья в медицине и психиатрии.
16. Понятие профессионального здоровья в психологии.

17. Принципы здорового образа жизни.
18. Понятие отношения к здоровью в психологии. Стресс – польза и вред.
19. Копинг как фактор сохранения здоровья.
20. Виды совладающего и преодолевающего поведения (копинга)
21. Концепция жизнестойкости и ее значение для психологии здоровья.
22. Гендерные факторы в психологии здоровья.

## **6. Организация промежуточной аттестации обучающихся**

2 семестр

- 1) Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану – зачет.
- 2) Форма организации промежуточной аттестации – на основании семестрового рейтинга.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

**7.1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (по периодам освоения образовательной программы) – согласно п. 1.3. настоящей рабочей программы дисциплины.**

**7.2. Критерии, показатели и порядок промежуточной аттестации обучающихся с использованием балльно-рейтинговой системы. Порядок перевода рейтинговой оценки обучающегося в традиционную систему оценок.**

**Порядок промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине (модулю) в форме зачёта**

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) в форме зачёта проводится на основании результатов текущего контроля успеваемости обучающегося в семестре, в соответствии с расписанием занятий по дисциплине, как правило на последнем занятии.

Время на подготовку к промежуточной аттестации не выделяется.

Критерии, показатели и порядок балльно-рейтинговой системы промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) в форме зачета, а также порядок перевода рейтинговой оценки обучающегося в традиционную систему оценок устанавливается Положением о балльно-рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации с изменениями и дополнениями (при наличии).

**7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для проведения промежуточной аттестации**

Не предусмотрены.

## **8. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины**

Обучение по дисциплине «Психология здоровья» складывается из контактной работы обучающихся с преподавателем, включающей лекционные, семинарские занятия и самостоятельной работы.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки реализация компетентностного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (деловых и ролевых игр, решение ситуационных задач, групповых дискуссий) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся (навыков привлечения ресурсов государственных общественных и благотворительных организаций, образовательных и культурно-досуговых сайтов при организации социальной защиты граждан; применения информационных технологий в процессе консультирования граждан; навыков автоматизации контроля принятия решений по обращениям граждан в органы исполнительной власти региона по социальным вопросам; применения программных средств обработки данных в социальной сфере и использования сетевых технологий).

Самостоятельная работа обучающихся подразумевает подготовку к практическим занятиям и включает изучение специальной литературы по теме (рекомендованные учебники, методические пособия, ознакомление с материалами, опубликованными в монографиях, специализированных журналах, на рекомендованных медицинских сайтах). Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение. Каждый обучающийся обеспечивается доступом к библиотечным фондам кафедры и ВУЗа, а так же электронным ресурсам.

Различные виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающегося, способствуют овладению культурой мышления, письменной и устной речи; готовности к пониманию картины мира на основе сформированного мировоззрения, овладению достижениями естественных и общественных наук; умение использовать положения философских категорий для оценки и анализа различных социальных и психологических тенденций, сформировавшихся в социуме, клинических феноменов, явлений и состояний, характеризующих психические нарушения на современном этапе развития общества.

Различные виды учебной деятельности формируют способность и готовность к использованию нормативно-правовых документов.

Работа обучающегося в группе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность. Самостоятельная работа с литературными источниками (в процессе подготовки к занятиям, написания конспекта избранных глав монографий), написание рефератов и эссе формируют способность анализировать медицинские, психологические и социальные проблемы, умение использовать на практике естественно - научных, медико-биологических и клинических наук в различных видах профессиональной и социальной деятельности.

## 9. Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины

### 9.1. Перечень литературы по дисциплине:

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания	Наличие литературы	
		В библиотеке	
		Кол. экз.	Электр.адрес ресурса
1	2	3	4
1	Никифоров Г.С. Психология здоровья. Учебное пособие. – СПб., 2006. Рекомендовано УМО по психологии МО РФ.	-	Удаленный доступ <a href="https://world-psychology.ru/wp-content/uploads/2013/09/138582_525AD_nikiforov_g_s_psihologiya_zdorovya_uchebnik_dlya_vuzov.pdf">https://world-psychology.ru/wp-content/uploads/2013/09/138582_525AD_nikiforov_g_s_psihologiya_zdorovya_uchebnik_dlya_vuzov.pdf</a>
2	Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Изд-во Юрайт, 2019 — 381 с. — ISBN	-	Удаленный доступ <a href="https://biblio-online.ru/bcode/446483">https://biblio-online.ru/bcode/446483</a> .

	978-5-534-11949-7. —		
3	Фролова Ю. Г. Психология здоровья : учебное пособие / Ю.Г. Фролова. - Минск :Вышэйшая школа,2014- 255 с.	-	Удаленный доступ <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/338989/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/338989/reading</a> . - Текст: электронный.
4	Бендас, Т.В. Гендерная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие. - СПб.: Питер, 2016 – 432 с.	-	Удаленный доступ: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=350607">https://ibooks.ru/reading.php?productid=350607</a>
5	Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания. [Электронный ресурс]: практ. пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – М. : Юрайт, 2018 – 299 с	-	Удаленный доступ <a href="http://www.biblio-online.ru/book/2A554D1F-D5D0-4DE3-B3DE-C45B9A4F87AF">www.biblio-online.ru/book/2A554D1F-D5D0-4DE3-B3DE-C45B9A4F87AF</a> .
6	Глозман, Ж. М. Психология. Общение и здоровье личности [Электронный ресурс ] : учеб. пособие / Ж. М. Глозман. — 2-е изд., испр. и доп. — М. :Юрайт, 2019 — 193 с. — (Авторский учебник). — ISBN 978-5-534-08584-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL	-	Удаленный доступ <a href="https://biblio-online.ru/bcode/438208">https://biblio-online.ru/bcode/438208</a>

**9.2. Перечень ресурсов информационно - телекоммуникационной сети «Интернет», в том числе профессиональных баз данных, необходимых для освоения дисциплины:**

**Электронное информационное обеспечение и профессиональные базы данных**  
 Электронная библиотечная система РНИМУ  
<https://library.rsmu.ru/resources/e-lib/els/>

**Справочные правовые системы**  
 ГАРАНТ <https://www.garant.ru/>  
 Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>  
 Каталог национальных стандартов  
<https://www.gost.ru/portal/gost/home/standarts/catalognational>

**Современные профессиональные базы данных (в том числе международные реферативные базы данных научных изданий) и информационные справочные системы**

Электронно-библиотечные системы, к которым обеспечивается доступ для сотрудников и обучающихся РНИМУ

Консультант студента <https://www.studentlibrary.ru/>  
 ЭБС «Айбукс» <https://ibooks.ru/>  
 ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/>  
 ЭБС «ЮРАЙТ» <https://urait.ru/>  
 ЭБС «IPR BOOKS» <https://www.iprbookshop.ru/>  
 ЭБС «Букап» <https://www.books-up.ru/>

**Зарубежные ресурсы**

Полнотекстовая коллекция ведущих журналов по биомедицинским исследованиям «Pub Med» <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>

Реферативная и аналитическая база научных публикаций и цитирования издательства Elsevier «Scopus» <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic&zone=header&origin=#basic>

База рефератов и полных текстов научных статей PNAS Online <https://www.pnas.org/>  
 Аналитическая и цитатная база данных журнальных статей компании Thomson Reuters «Web of Science» <https://clarivate.com/>

Платформа Health Psychology <https://www.apa.org/pubs/journals/hea/>

### **Отечественные ресурсы**

Российская государственная библиотека <https://www.rsl.ru/>

Российская национальная библиотека <https://nlr.ru/>

Государственная публичная научно-техническая библиотека России  
<https://www.gpntb.ru>

Государственная публичная научно-техническая библиотека СО РАН  
<http://www.spsl.nsc.ru>

Библиотека по естественным наукам РАН <http://www.benran.ru>

Научная библиотека Московского государственного университета <https://nbmgu.ru/>

Всероссийская патентно-техническая библиотека <https://www.fips.ru/about/vptb-otdelenie-vserossiyskaya-patentno-tekhnicheskaya-biblioteka/index.php>

Фундаментальная библиотека Института научной информации по общественным наукам РАН <http://inion.ru/>

Федеральная электронная медицинская библиотека <https://femb.ru/>

Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина <https://www.prlib.ru/>

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://elibrary.ru/>

Архив научных журналов НЭИКОН <https://neicon.ru/science/archive-journals>

Национальная электронная библиотека Портал СИГЛА <https://rusneb.ru/>

Проект Научной библиотеки МГУ КиберЛенинка <https://cyberleninka.ru/>

Научная электронная библиотека Российской академии естествознания SciGuide  
<https://monographies.ru/ru>

Электронный навигатор зарубежных и отечественных научных электронных ресурсов открытого доступа в Интернет <http://www.prometeus.nsc.ru/sciguide/>

Главный внештатный специалист по медицинской психологии министерства здравоохранения российской федерации. Методические (клинические) рекомендации [http://psyurus.ru/med\\_psy/klinicheskie-rekomendatsii/](http://psyurus.ru/med_psy/klinicheskie-rekomendatsii/)

Российское психологическое общество. Официальный сайт профессиональной корпорации психологов России [http://psyurus.ru/news/news\\_rpo/unit/8461/](http://psyurus.ru/news/news_rpo/unit/8461/)

### **Научно-техническая информация**

Российская книжная палата Государственного комитета РФ по печати — по опубликованным в Российской Федерации произведениям печати и государственной библиографии; <https://www.bookchamber.ru/>

Российский государственный архив научно-технической документации

Научно-технический центр «Информрегистр» — по электронным изданиям  
<http://infoereg.ru/>

Министерство здравоохранения Российской Федерации <https://minzdrav.gov.ru/>

Министерство образования и науки Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>

Всемирная организация здравоохранения <https://www.who.int/ru>

Полнотекстовая база данных «Medline Complete» <https://www.ebsco.com/e/ru-ru>

Электронный рубрикатор клинических рекомендаций <https://cr.minzdrav.gov.ru/>

Федеральная служба государственной статистики <https://rosstat.gov.ru/>

### **9.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при наличии)**

1. Автоматизированная образовательная среда университета.
2. Балльно-рейтинговая система контроля качества освоения образовательной программы в автоматизированной образовательной системе университета.

#### 9.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения занятий используются стандартно оборудованные аудитории:

– учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации укомплектована учебной мебелью (столы, стулья), техническими средствами обучения (мультимедийный проектор, ноутбук, экран).

– учебная аудитория для самостоятельной работы оснащена специализированной мебелью (компьютерные столы, стулья и др.), техническими средствами обучения (персональные компьютеры с доступом в сеть интернет и обеспечением доступа в электронно-информационную среду университета, программным обеспечением).

Предусмотрено наличие звукоусиливающей аппаратуры, мультимедийных средств и других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с нарушениями слуха. Для слабослышащих студентов возможно использование сурдотехнических средств, что является средством оптимизации учебного процесса, посредством компенсации, утраченной или нарушенной слуховой функции. Учебные аудитории, в которых обучаются студенты с нарушением слуха, оборудованы компьютерной техникой, аудиотехникой (акустический усилитель и колонки), видеотехникой (мультимедийный проектор), видеоматериалами.

Компьютеры содержат электронную лупу, программу-синтезатор речи и другие технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с нарушениями зрения. Компьютерные тифлотехнологии базируются на комплексе аппаратных и программных средств, обеспечивающих преобразование компьютерной информации в доступные для слабовидящих формы (звуковое воспроизведение или укрупненный текст), и позволяют им самостоятельно работать на обычном персональном компьютере с программами общего назначения. Для слабовидящих студентов в лекционных и учебных аудиториях предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста или слайда на экране) при помощи электронной лупы.

Для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата предусмотрено использование компьютеров с настроенными специальными возможностями операционной системы Windows, такими как экранная клавиатура, с помощью которой можно вводить текст, а также настройка действий Windows при вводе с помощью клавиатуры или мыши.

Заведующий кафедрой

Баркова В.Л.

**Сведения об изменениях в рабочей программе дисциплины**

«Психология здоровья»

для образовательной программы высшего образования – программы магистратуры по направлению подготовки \_\_\_\_\_

(код и наименование направления подготовки (специальности))

направленность (профиль) « \_\_\_\_\_ » на \_\_\_\_\_ учебный год.

Рабочая программа дисциплины с изменениями рассмотрена и одобрена на заседании кафедры \_\_\_\_\_ Института клинической психологии и социальной работы (Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_).

1. Изменения внесены в п.

*Далее приводится текст рабочей программы дисциплины в части, касающейся изменений.*

Заведующий кафедрой

(подпись)

(Инициалы и фамилия)

	Содержание	Стр.
1.	Общие положения	5
2.	Формы работы обучающихся, виды учебных занятий и их трудоёмкость	6
3.	Содержание дисциплины	7
4.	Тематический план дисциплины	9
5.	Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине	12
6.	Организация промежуточной аттестации обучающихся	14
7.	Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	14
8.	Методические указания обучающимся по освоению дисциплины	15
9.	Учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины	16
	Приложения:	
1)	Сведения об изменениях в рабочей программе дисциплины	20