

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ «НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО НГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ)

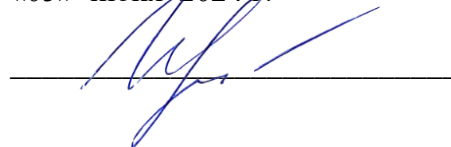
УТВЕРЖДАЮ

Декан

факультета социальной работы и
клинической психологии

Гуляевская Н.В.

«05» июня 2024 г.



МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Психология здоровья

Шифр дисциплины: Б1.О.45

Специальность: 37.05.01 Клиническая психология

Форма обучения: очная

Год набора: 2024

Методические указания по освоению дисциплины «Психология здоровья» является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы специалитета по специальности 37.05.01 – «Клиническая психология»

Методические указания разработали сотрудники кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии


Фамилия И.О.	Должность	Ученая степень, ученое звание
1	2	3
Сарычева Ю.В.	доцент	к.м.н., доцент
Лобастов Р.Л.	преподаватель	-

Рецензент(ы):

Фамилия И.О.	Должность	Ученая степень, ученое звание	Кафедра/организация
1	2	3	4
Федоришин М.И.	доцент	к.псих.н., доцент	Кафедра практической и специальной психологии ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет»

Методические указания рассмотрены и одобрены на заседании кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии
Протокол № «07» от «05» июня 2024 г.

Зав. кафедрой д.м.н., профессор Овчинников А.А.



Методические указания рассмотрены и одобрены на заседании цикловой методической комиссии по специальности «Клинической психологии» и «Социальная работа».
Протокол № «06» от «31» мая 2024 г.

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины:

1.Познакомить с основным психодиагностическим инструментарием психолога, с процедурой проведения и обработкой результатов психодиагностики;

2.Сформировать понимание базовых принципов современной психодиагностики и методических подходов к решению психодиагностических задач

Задачи дисциплины:

-познакомить с многообразием психодиагностических методов, историей их создания и практикой использования;

-показать специфику психодиагностических процедур и методов решения профессиональных задач в контексте научной и практической деятельности специалиста

-способствовать формированию у студентов основ профессионального мышления и этики поведения в психодиагностических ситуациях.

-сформировать умения оценивать качество психодиагностических методик.

-ознакомить с наиболее известными методами психодиагностики, обучить правилам проведения обследований, способам обработки и интерпретации результатов

-обеспечить усвоение этических норм.

-способствовать развитию гуманистического отношения к испытуемым при проведении обследований и предъявлении результатов

2. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

ПСК-1.1 способностью и готовностью к применению организационных, правовых и этических принципов работы психолога в консультировании

ПСК-1.6 способностью и готовностью к самостоятельной постановке практических и исследовательских задач, составлению программ консультативной работы на основе психодинамического, гуманистического, когнитивно-бихевиорального, системно-семейного и других подходов
Профессиональные компетенции (ПК):

ПК-3 умением разрабатывать дизайн психологического исследования: формулированием проблемы и гипотезы, генерированием теоретического контекста конкретных исследований, определением параметров и ресурсов для психологических исследований, описанием методологии, планированием и проведением исследования

ПК-2 готовностью инициировать психологические исследования: определением области прикладной психологии, предоставляющей возможности для развития

исследований, проверкой и оценкой существующих методов, техник и моделей, выявлением возможности для развития фундаментальной и прикладной психологии.

ПК-4 владением приемами анализа, оценки и интерпретации результатов психологического исследования, проверки и оценки соотношения теории и эмпирических данных, подготовки отчетной документации и обобщения полученных данных в виде научных статей и докладов.

Знать: Зн.1. организационные, правовые и этические принципы психолога в сфере психологии здоровья Зн.2. Особенности работы психолога с клиентами разного возраста Зн.3. основные направления деятельности психолога в области психологии здоровья: психологическая коррекция (психотерапия), психологическое консультирование, социальная реабилитация больных, массовые психопрофилактические исследования Зн.4. основные понятия психологии здоровья, представления об основных современных ее проблемах и направлениях развития) Зн.5. основные понятия психологии здоровья, представления об основных современных ее проблемах и направлениях развития) Зн.6. Основные проблемы клиентов разных возрастных групп Зн.7. Основные направления работы психолога в сфере здоровьесбережения

Уметь: Ум.1. применять организационные, правовые и этические принципы психолога в сфере психологии здоровья для выполнения поставленных задач Ум.2. Применять знания об особенностях работы психолога с клиентами разного возраста Ум.3. подбирать деятельность в зависимости от поставленных задач Ум.4 Самостоятельно подбирать основные психодиагностические и психотерапевтические мишени для работы с клиентами Ум.5 применять знания психологии здоровья для решения научных и практических задач в других прикладных областях психологии; Ум.6 Определять на основании теоретических аспектов психологии здоровья определять необходимые направления работы психолога Ум.7 Подбирать направление работы психолога в зависимости от поставленных задач

Владеть: Вл.1 Навыками подбора организационных, правовых и этических принципов при работе в сфере психологии здоровья Вл. 2 Владеть навыками работы психолога с клиентами разного возраста Вл.3 Навыками методов психологического консультирования в работе с индивидами, группами Вл.4 Применять базовые психологические знания в практической коррекционной работе с различными (возрастными, социальными, профессиональными, нозологическими) группами населения, пропагандировать знания в области психогигиены, здорового образа жизни и профилактики состояний нервнопсихической дезадаптации; Вл. 5 приемами работы со специальной литературой, информационной поисковой работы и приемами критического

анализа научной информации Вл.6 Навыками подбора необходимых направлений работы психолога в конкретном случае Вл.7 Знаниями о теоретических направлениях работы психолога в сфере здоровьесбережения

3. Основные виды занятий и особенности их проведения при изучении дисциплины

По дисциплине предусмотрено проведение занятий лекционного типа, на которых дается основной систематизированный материал, занятий семинарского типа - практических занятий. По дисциплине предусмотрено проведение занятий семинарского типа - практических занятий. Важнейшим этапом освоения дисциплины является самостоятельная работа с использованием научной литературы. Отдельные разделы или темы дисциплины не разбираются на лекциях, но отводятся на самостоятельное изучение по рекомендуемой учебной литературе и учебным пособиям. Материалы тем, отведенных на самостоятельное изучение, в обязательном порядке входят составной частью в темы текущего и промежуточного контроля. Общее распределение часов контактной работы по видам учебной деятельности и самостоятельной работы по темам дисциплины и видам занятий приведено в разделе «Содержание дисциплины» рабочей программы дисциплины. Залогом успешного освоения дисциплины является обязательное посещение лекционных и практических занятий, так как пропуск одного (тем более, нескольких) занятий может осложнить освоение разделов дисциплины. Материал, изложенный на лекциях, закрепляется на занятиях семинарского типа. Изучение дисциплины завершается зачетом в 7 семестре.

4. Содержание дисциплины

Практическое задание № 1

Тема: «Введение в психологию здоровья»

1. Контрольные вопросы:
Науки о здоровье: медицина, санология, гигиена, валеология.
История становления психологии здоровья как науки
2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)

Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.

Пример ситуационных задач

Мужчина А., 27 лет, ведет здоровый образ жизни. При этом: ориентируется на постоянное личностное развитие, доверяет собственным ресурсам, другим людям, жизни в целом. Обладает высоким уровнем саморегуляции и способностью адекватного приспособления к меняющимся условиям среды.

- Вопросы: 1. К какому виду здоровья можно отнести мужчину в данной задаче?
2. Какие еще можно выделить критерии описанного в задаче вида здоровья?
3. Опишите критерии физического здоровья.
4. Опишите основные признаки физического нездоровья.

Практическое задание № 2

Тема: «Введение в психологию здоровья (продолжение)»

1. Контрольные вопросы:
 Определение и задачи психологии здоровья.
 Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками
2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Женщина И., 42 года. Восемь лет страдает от алкогольной зависимости. У нее отмечается хроническая фрустрация базовых потребностей: в безопасности, в защищенности, в принадлежности к социальной группе, в привязанности, внимании и любви со стороны окружающих. Поменялось содержание потребностей и мотивов, их структура. Смыслообразующий мотив поведения – потребность в алкоголе, все остальные потребности отходят на задний план.

- Вопросы: 1. Укажите вид деструкции личности у женщины И.
2. Перечислите частные деструктивные изменения личности.

3. Перечислите глубокие деструктивные изменения личности.

Практическое задание № 3

Тема: «Модели развития болезни»

1. Контрольные вопросы:

Биомедицинская, биопсихосоциальная и онтопсихическая модель развития болезни.

Модели реагирования человека на воздействия окружающей среды

2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Мужчина в возрасте 28 лет, банковский служащий, никогда не был женат, был единственным ребенком в семье, воспитывался только матерью и бабушкой. Был достаточно избалован ими и имел к ним чрезмерную привязанность. Когда больному было 15 лет, умерла бабушка. Данную ситуацию перенес крайне тяжело, ощущал чувство одиночества. На этом фоне возник первый криз в виде сосудистого приступа. Необходимо отметить, что бабушка страдала ишемической болезнью сердца. С этого периода стал тщательно следить за своим здоровьем, особенно за работой сердца. Также требовал от матери, чтобы она постоянно обследовалась. Несмотря на молодой возраст и необходимость работать сверхурочно, избегал любых физических нагрузок, отказывался от сверхурочной работы. Также избегал сексуальных контактов, т.к. ощущал «у него учащается сердцебиение», что по его мнению может привести к развитию инфаркта миокарда

Дайте психотерапевтические рекомендации

Тема: «Перинатальная психология»

1. Контрольные вопросы:

Базовые перинатальные матрицы: определение; базовая перинатальная матрица-1: основное содержание.

Базовые перинатальные матрицы-2,3,4: основное содержание.

План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
--------------	-----------------------

Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Пациентка одновременно лечится в разных лечебных учреждениях, После просмотра телепередачи о своей болезни находится во власти страха, по совету соседки обращается к знахарке. Какой тип личностной реакции описывается у пациента?

Тема: «Психология здоровья в дошкольном возрасте»

- Контрольные вопросы:
Состояние здоровья детей дошкольного возраста.
Влияние ослабленного здоровья на процесс адаптации
- План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Подросток И., 15 лет. Проживает в многодетной семье. Является самой старшей из 6-ти детей. В школе учится на тройки, на уроках учителя часто делают замечания из-за разговоров с соседкой по парте. В компании друзей находится в центре внимания, одевается очень ярко. И., чрезмерно общительна, постоянно разговаривает телефону. Диалог поддерживать не умеет, всегда перебивает собеседника, из-за чего и возникают конфликты со сверстниками. Дома часто закатывает родителям истерики, требует к себе много внимания со стороны матери. Иногда может притвориться больной, чтобы мама за ней ухаживала. Ревнует ее к младшим братьям и сестрам. Все наказания и уговоры родителей не может выслушать, перебивает их, разговаривает на повышенных тонах. Долго удерживать свое внимание на одной теме у нее не получается, постоянно отвлекается, уходит от темы. Одновременно стремится общаться сразу с несколькими людьми.

Родители заметили, что с дочерью происходит что-то не так, решили обратиться за помощью к психологу.

Вопросы:

Какой вид нарушения имеется у девочки И.?

Какой вид девиации наблюдается у подростка?

Дайте определение валеологии.

Тема: «Особенности социального здоровья младших школьников и детей среднего школьного возраста»

1. Контрольные вопросы:

Проблемы детско-материнских отношений и детско-отцовских отношений у младших школьников.

Страхи у младших школьников.

План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

«Вы с группой подростков случайно оказались в эпицентре катастрофы (природной или техногенной), вашей жизни непосредственно ничего не угрожает, но вы находитесь в изоляции: не имеете объективной информации о масштабах бедствия и не можете установить связь со спасательными подразделениями. В группе нарастает тревога и панические настроения...»

Вопросы: 1. Определите основную задачу своей деятельности как психолога в подобной ситуации

2. Определите основные методы психологического воздействия на подростков (организационные, психотерапевтические, информационные и др.)

3. Предложите оперативные техники воздействия при проявлении у подростков острых стрессовых расстройств

4. Подберите методы предупреждения у подростков посттравматических стрессовых нарушений.

Практическое задание № 7

Тема: «Психология здоровья студентов»

1. Контрольные вопросы:
Факторы, влияющие на психическое здоровье студентов.
Стресс в студенческой среде
2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

После полученной травмы спортсмен вновь возвращается к усиленным тренировкам, игнорируя указания врача на время реабилитации снизить интенсивность профессиональных нагрузок. Какой тип личностной реакции описывается у пациента?

Тема: «Психология здоровья работоспособного населения: профессиональное выгорание»

1. Контрольные вопросы:
Выгорание и теория «консервации ресурсов».
Личностные, поведенческие и социальные ресурсы и их взаимодействие с выгоранием
2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Пациентка Е-ва Г.П., 48 лет. Основная жалоба на головную боль, из-за чего пациентка старается лечь в темной тихой комнате и при этом принимает до 3-5 таблеток в день различных анальгетиков. Также выяснено, что больная плохо засыпает (в голове крутятся различные мысли), просыпается с чувством, что плохо отдохнула, с трудом заставляет себя что-либо делать, чувствует себя больной, уставшей, часто плачет. Из-за болезни

уволилась с работы, сидит дома. Вышеописанная симптоматика – в течение 3-х лет. Неоднократно обследовалась и лечилась у невролога амбулаторно и в стационарах города. По результатам ЭЭГ, ЭхоЭГ, доплероскопии сосудов головы и шеи, КТ головного мозга (делала трижды) и МРТ головного мозга (делала дважды) – данных за органическую патологию мозга не выявлено. Лечение ноотропами, препаратами для улучшения мозгового кровообращения (кавинтон, циннаризин и т.п.) давали незначительный эффект. Года 3 назад у пациентки был заподозрен cancer uteri, оперативное лечение проводилось в КОД. Однако на операции и по результатам гистологического исследования диагноз: cancer uteri не подтвердился. Была проведена надвлагалищная ампутация матки по поводу миомы, яичники оставлены. Послеоперационный период протекал удовлетворительно. Спустя 2–3 месяца после операции женился сын и с женой стал жить вместе с пациенткой, ее мужем и другим сыном. Объективно: Общее состояние удовлетворительно. Нормостеник. Тест депрессии Бека – 25 баллов.

Вопрос: Какое психическое расстройство у данной пациентки.
О чем говорит результат теста Бека.

Тема: «Психология здоровья периода геронтогенеза»

1. Контрольные вопросы:
Геронтология: основные понятия (старение, старость).
Периодизация. Закономерности.
2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Пациент Г, 61 год, обратился по поводу постоянных головных болей, бессонницы. Страдает давно, около 10 лет, отрицает наличие эмоционально-значимых событий в это период. Обследовался у невролога поставлен диагноз дисциркуляторная энцефалопатия, но терапия, назначенная неврологом, не помогла. Женат, отношения с женой называет нормальными, старается уйти от этой темы. Однако в речи стигмы неудовлетворенности интимной жизнью («идеально все равно никогда не будет»). Работает преподавателем в техническом университете, себя считает излишне ответственным, сетует, что «ничего уже не поделаешь».

Какие психологические кризисно-возрастные патологические феномены лежат в основе диагноза, поставленного неврологом?

Тема: «Внутренняя картина здоровья»

1. Контрольные вопросы:
Психическое неблагополучие: симптомы и признаки.
Критерии психологического благополучия
2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Пациент С., 30 лет, водитель, обратился из-за постоянного страха за свое здоровья, боязни умереть от «сердечной недостаточности». Появилась данная симптоматика год назад, после смерти отца от инфаркта миокарда, с которым в течении всей жизни были постоянные конфликты. Начал обследовать сердце, чтобы «застать болезнь на начальной стадии, когда можно что-то ещё сделать». Очередным отрицательным результатам обследования не верил, шел на обследования в другую больницу. Из-за постоянных переживаний стал плохо спать, снизилась потенция. Кроме того, отпрашиваясь с работы на обследования, стал меньше зарабатывать. В результате всего этого отмечает, что дома постоянные конфликты с женой, семья на грани развода. Однако ничего не может с этим сделать, аргументированные доводы не помогают.

Что лежит в основе болезненного состояния пациента психогенные факторы или действительное наличие соматической патологии?

Тема: «Виды здоровья: физическое, социальное и душевное»

1. Контрольные вопросы:
Концепция здоровой личности В.М. Бехтерева.
Критерии психологического благополучия.
2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)

Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Молодая женщина, 27 лет, обратилась амбулаторно с жалобами на трудности засыпания, подавленность, «лень». Женщина описывает у себя эпизодическое состояние грусти, начиная с подросткового возраста. Временами чувствует себя хорошо, но эти периоды длятся не более 2 недель. Трудоспособна, но думает, что делает работу не так хорошо, как следовало бы. Фиксирует внимание на повторных разочарованиях в жизни, на низкой самооценке. Врач отделения с 10-летним стажем работы, раздражённый из-за головной боли, уставший после бессонной ночи и конфликта с начальством, желая поскорее освободиться, не внимательно выслушивая жалобы, при беглом опросе пациентки поставил диагноз: депрессивное расстройство и в качестве лечения назначил антидепрессанты.

Вопросы:

Какие психологические особенности состояния здоровья Вы отмечаете у обратившейся за помощью женщины?

Есть ли у врача признаки психологического выгорания?

Если Вы отметили признаки психологического выгорания у врача, то, на какой стадии «выгорания» он находится?

Какие методы психологической поддержки можете предложить пациентке?

Тема: «Экзистенция здорового образа жизни»

1. Контрольные вопросы:

Ценностные ориентиры по сохранению здоровья.

Целостная личность как основа для психического здоровья

2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Однажды утром рабочие сборочного конвейера на электронном заводе в штате Огайо начали жаловаться на головокружение, тошноту, мышечную слабость и затрудненное дыхание. В считанные минуты за медицинской помощью обратились 40 человек. Завод до выяснения обстоятельств пришлось закрыть. Менеджеры предположили, что виноват

воздух, однако специалисты не обнаружили в нем ничего вредного для здоровья. Данное явление получило название «конвейерная истерия».

Вопросы:

Какой психологический феномен наблюдался в данном случае?

Какие факторы влияют на возникновение психологического явления «конвейерная истерия»?

Какие методы обеспечения психологического здоровья сотрудников следует предпринимать в подобных случаях?

Тема: «Социальные мифы о здоровье в информационном поле»

1. Контрольные вопросы:

«Идиолект здоровья».

Собственный стиль в сохранении здоровья

2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Владимир, 57 лет. Проживает с семьей младшего сына. В. работает в школе учителем физкультуры. Считает, что здоровый образ жизни включает в себя физическое развитие, здоровое питание и полноценный отдых. Владимир хочет воспитать свою внучку такой же, как он сам. Он полагает, что является абсолютно здоровым человеком. В. не нравится, что родители его внучки поощряют посещения школьного психолога, различных кружков, изучение современной литературы. Владимир считает, что все это лишнее и отвлекает от настоящего здорового образа жизни.

Вопросы:

Какие качества здорового человека, в данной ситуации, родители хотят развить у дочери?

Согласны ли Вы с убеждениями Владимира?

Дайте оценку ВКЗ ребенка в условиях воспитания данной семьи.

Дайте определение понятию «здоровый образ жизни»

Тема: «Типы психического здоровья»

1. Контрольные вопросы:

Нарушения психического здоровья.

Психическое неблагополучие: симптомы и признаки.

Критерии психологического благополучия

2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Теоретическая часть занятия Устный опрос студентов по теме занятия Проверка конспекта теоретического материала самостоятельной подготовки Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы	Ответы на вопросы устно (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4, Ум.5, Ум.6, Ум.7)
Практическая часть занятия Проработка конспекта лекции Кейсы и ситуационные задачи	(Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5, Вл.6, Вл.7)
Подведение итогов занятия, проверка протоколов. оценивание знаний и работы каждого студента по 5-балльной системе.	

Пример ситуационных задач

Женщина И., 42 года. Восемь лет страдает от алкогольной зависимости. У нее отмечается хроническая фрустрация базовых потребностей: в безопасности, в защищенности, в принадлежности к социальной группе, в привязанности, внимании и любви со стороны окружающих. Поменялось содержание потребностей и мотивов, их структура. Смыслообразующий мотив поведения – потребность в алкоголе, все остальные потребности отходят на задний план.

Первичен ли в данном случае вышеуказанный «смыслообразующий мотив» поведения?

Контрольные вопросы

1. Науки о здоровье: медицина, санология, гигиена, валеология.
2. История становления психологии здоровья как науки.
3. Определение и задачи психологии здоровья.
4. Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками.
5. Биомедицинская, биопсихосоциальная и онтопсихическая модель развития болезни.
6. Модели реагирования человека на воздействия окружающей среды.
7. Концепция здоровой личности В.М. Бехтерева.
8. Модели определения понятия здоровья (Калью).
9. Виды здоровья: физическое, социальное и душевное.
10. Черты личности, предрасполагающие к развитию психосоматических заболеваний по Гарбузову.
11. Психосоматический профиль личности. Типы родительских семей, предрасполагающих к развитию психосоматических заболеваний.
12. Перинатальная психология. Перинатальный анамнез.
13. Ятрогении, психологении, дидактогении, эффект ноцебо, гестогении

14. Перинатальная психотерапия. Задачи дородовой подготовки.
15. Стили переживания беременности: основные характеристики.
16. Базовые перинатальные матрицы: определение; базовая перинатальная матрица-1: основное содержание.
17. Родовая доминанта. «Родовая травма / первичный шок». Периоды родов.
18. Базовые перинатальные матрицы-2,3,4: основное содержание.
19. Типы психического здоровья.
20. Нарушения психического здоровья.
21. Психическое неблагополучие: симптомы и признаки.
22. Критерии психологического благополучия.
23. Внутренняя картина здоровья
24. Концепция «духовного неблагополучия».
25. Алгоритм деятельности психологической службы по обеспечению психологического здоровья.
26. Ценностные ориентиры по сохранению здоровья.
27. Целостная личность как основа для психического здоровья.
28. Здоровое «Я». Самореализация с сфере интринсивных и экстринсивных мотиваций
29. Экзистенция здорового образа жизни
30. Идиолект здоровья. Собственный стиль в сохранении здоровья
31. Социальные мифы о здоровье в информационном поле
32. Феномен «выгорания» и его причины. Модели преодолевающего поведения как ресурс стрессоустойчивости.
33. Классификации типов ресурсов преодоления.
34. Выгорание и теория «консервации ресурсов».
35. Личностные, поведенческие и социальные ресурсы и их взаимодействие с выгоранием
36. Геронтология: основные понятия (старение, старость). Периодизация. Закономерности.

5. Литература и электронно-образовательные ресурсы

Основная литература

1. Психология [Электронный ресурс] : учебник / М. А. Лукацкий, М. Е. Остренкова. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - (Серия "Психологический компендиум врача"). - <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970425022.html>

Дополнительная литература

1. Психология здоровья : сб. метод. указаний для обучающихся к внеаудитор. (самостоят.) работе для специальности 030401 - Клиническая психология (очная форма обучения) / Красноярский медицинский университет ; сост.: И. О. Логинова, Ж. Г. Дусказиева. - Красноярск : КрасГМУ, 2014. - 43 с. 13

2. Сидоров П.И. Ментальная медицина : адаптивное управление сознанием и здоровьем [Электронный ресурс] / П. И. Сидоров - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 736 с. - ISBN 978-5-9704-4148-0 - Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970441480.html>

3. Психологическое здоровье человека: жизненный ресурс и жизненный потенциал [Текст] : материалы Всерос. науч.-практ. конф. (г. Красноярск, 23-24 ноября 2012 г.) / Красноярский медицинский университет ; ред. И. О. Логинова. - Красноярск : Версо, 2012. - 458 с.

4. Психическое здоровье XXI века [Электронный ресурс] / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева, Т. А. Шпикс. - Новосибирск : [б. и.], 2011. - 354 с

Электронно-образовательные ресурсы

1. Консультант Врача. Электронная медицинская библиотека[Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО ГК «ГЭОТАР». – URL: <http://www.rosmedlib.ru> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

2. Электронно-библиотечная система НГМУ (ЭБС НГМУ) [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / НГМУ – URL: <http://library.ngmu.ru/> – Доступ к полным текстам с любого компьютера после авторизации.

3. ЛАНЬ [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО «Издательство ЛАНЬ». – URL: <https://e.lanbook.com> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

4. ЮРАЙТ[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – URL: <http://www.biblio-online.ru/> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

5. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)[Электронный ресурс] : сайт. – URL: <https://icdlib.nspu.ru/> – Доступ после указания ФИО, штрих-код читательского билета и университета НГМУ в поле «Организация» на сайте МЭБ.

6. ГАРАНТ [Электронный ресурс] : справочно-правовая система : база данных / ООО НПП «ГАРАНТ-СЕРВИС». –Доступ в локальной сети.

7. SpringerJournals[Электронныйресурс] : базаданных/ SpringerNatur: – URL : <https://link.springer.com/> - Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.

8. Polpred.com Обзор СМИ [Электронный ресурс] : сайт. – URL: <http://polpred.com/> – Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.

9. Федеральная электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ЦНМБ Первого Московского государственного медицинского университета им. И.М.Сеченова.– Режим доступа : <http://feml.scsml.rssi.ru/feml>, – Свободный доступ.

10. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. – URL: <http://www.elibrary.ru/>. – Яз. рус., англ. – Доступ к подписке журналов открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета; к 14 журналам открытого доступа – свободный доступ после регистрации на сайте elibrary.ru.

11. Colibris[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система (ЭБС) / КрасГМУ – URL: [http://krasgmu.ru/index.php?page\[common\]=elib](http://krasgmu.ru/index.php?page[common]=elib) – Доступ к полным текстам с любого компьютера после авторизации.

12. Министерство здравоохранения Российской Федерации: Документы.[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <https://www.rosminzdrav.ru/documents>– Свободный доступ.

13. Министерство здравоохранения Новосибирской области[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.zdrav.nso.ru/page/1902>– Свободный доступ.

14. Российская государственная библиотека[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.rsl.ru> – Свободный доступ.

15. ConsiliumMedicum[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.consilium-medicum.com/> – Свободный доступ.

16. PubMed : US National Library of Medicine National Institutes of Health[Электронныйресурс] – URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed> – Свободныйдоступ.

17. MedLinks.ru[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.medlinks.ru/> – Свободный доступ.

18. Архив научных журналов НЭИКОН[Электронный ресурс] : сайт. <http://archive.neicon.ru/xmlui/> – Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.

19. ScienceDirect. Ресурсы открытого доступа[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.sciencedirect.com/science/jrnlallbooks/open-access> – Свободный доступ.

20. КиберЛенинка: научная электронная библиотека [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://cyberleninka.ru/> – Свободный доступ.

6. Критерии оценок деятельности студента при освоении учебного материала

Информация о контрольно–оценочных процедурах доводится до сведения обучающихся на первом учебном занятии.

Программа контрольно-диагностических (оценочных) процедур (аттестаций) обучающихся на соответствие их подготовки ожидаемым результатам образования компетентностно-ориентированной дисциплины включает:

Текущий контроль – производится в формате устного опроса.

«ОТЛИЧНО»	выставляется студенту, глубоко и прочно усвоившему программный, в том числе лекционный, материал, последовательно, четко и самостоятельно (без наводящих вопросов) отвечающему на вопрос.
«ХОРОШО»	выставляется студенту, твердо знающему программный, в том числе лекционный, материал, грамотно и по существу, отвечающему на вопрос и не допускающему при этом существенных неточностей (неточностей, которые не могут быть исправлены наводящими вопросами или не имеют важного практического значения). То же относится к освещению практически важных вопросов.
«УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	выставляется студенту, который обнаруживает знание основного материала, но не знает его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, излагает материал с нарушением последовательности, отвечает на практически важные вопросы с помощью или поправками преподавателя.
«НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	выставляется студенту, который не знает значительной части программного, в том

	числе лекционного, материала и/или допускает существенные ошибки в изложении материала.
--	---

Итоговый контроль – производится в конце освоения дисциплины в форме зачета по билетам. Каждый билет включает два теоретических вопроса и одну ситуационную задачу.

Критерии оценок теоретической части:

«ЗАЧТЕНО»	выставляют студенту, который прочно усвоил программный материал (лекции, практические занятия), успешно прошедшему тестирование и ответившему на собеседований без наводящих вопросов.
«НЕ ЗАЧТЕНО»	выставляют студенту, который не знает значительной части программного материала (лекционного, практического) и/или допускает существенные ошибки в изложении материала.

Критерии оценок практической части:

«ЗАЧТЕНО»	Выставляют студенту, который прочно усвоил программный материал (лекции, практические занятия), успешно прошедшему тестирование и ответившему на собеседований без наводящих вопросов.
«НЕ ЗАЧТЕНО»	Выставляют студенту, который не знает значительной части программного материала (лекционного, практического) и/или допускает существенные ошибки в изложении материала.

7. Рекомендации для студентов, пропустивших занятие

Для освоения материала пропущенного **практического занятия**: студент отрабатывает занятие в устной форме (после аудиторных занятий, согласно графику консультации студентов по отработке текущей задолженности, в порядке живой очереди). По теоретической части пропущенного занятия студент должен представить рукописный реферат.

Для освоения материала пропущенного **лекционного занятия**: студент выполняет рукописный реферат по теме занятия общим объемом 15 листов (основная часть) и дает устные ответы по вопросам содержания реферата.