Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кузнецов Владимир Вячеславович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 30.01.2026 15:17:37
Уникальный программный ключ:
89bc0900301c561c0dcc38a48f0e7de679484a4c

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Первый проректор
_____ /Транковская Л.В./
«9» июня 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.04 Психология здоровья

Специальность	**37.05.01 Клиническая психология** (код, наименование)
Уровень подготовки	Высшее образование - специалитет (специалитет)
Направленность подготовки	02 Здравоохранение (в сферах: психодиагностическая, консультативная и психотерапевтическая, экспертная деятельность в процессе лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни среди населения, при работе с пациентами в рамках лечебно-восстановительного процесса и психолого-просветительской деятельности в рамках профилактических программ для здорового населения)
Форма обучения	очная
Срок освоения ООП	5,5 лет (нормативный срок обучения)
Кафедра	Клинической психологии

Владивосток, 2025

При разработке рабочей программы дисциплины (модуля) Б1.О.04 Психология здоровья в основу положены:
1) ФГОС ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология утвержденный Министерством высшего образования и науки Российской Федерации «26» мая 2020 г. №683

2) Учебный план по специальности 37.05.01 Клиническая психология, направленности 02 Здравоохранение в сферах: психодиагностическая, консультативная и психотерапевтическая, экспертная деятельность в процессе лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни среди населения, при работе с пациентами в рамках лечебно-восстановительного процесса и психолого-просветительской деятельности в рамках профилактических программ для здорового населения, утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России «31» марта 2025 г., Протокол № 8/24-25.

Рабочая программа дисциплины разработана авторским коллективом кафедры клинической психологии ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством заведующего кафедрой доцента д-р.психол. наук Кравцовой Н.А.

Разработчики:

Доцент кафедры клинической психологии		Осинская Светлана Александровна
(занимаемая должность)	(ученая степень, ученое звание)	(Ф.И.О.)

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля) Б1.О.04 Психология здоровья

Цель освоения дисциплины Б1.О.04 Психология здоровья: состоит в овладении знаниями психологических теорий здоровья, а также принципами оздоровления личности.

При этом ***задачами*** дисциплины (модуля) (Б1.О.04 Психология здоровья) являются:

1. Приобретение студентами знаний в области теоретических основ психологии здоровья.
2. Приобретение студентами знаний в области психодиагностики самооценки здоровья.
3. Обучение студентов важнейшим методам психодиагностики; позволяющим оценить внутреннюю картину здоровья (ВКЗ).
4. Формирование навыков изучения научной литературы и официальных статистических обзоров.
5. Формирование навыков общения с клиентом с учетом этики в зависимости от характерологических особенностей пациентов.
6. Формирование у студента навыков общения с коллективом

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина (модуль) Б1.О.04 Психология здоровья относится к обязательной части основной образовательной программы высшего образования по специальности37.05.01 Клиническая психология, направленности 02 Здравоохранение в сферах: психодиагностическая, консультативная и психотерапевтическая, экспертная деятельность в процессе лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни среди населения, при работе с пациентами в рамках лечебно-восстановительного процесса и психолого-просветительской деятельности в рамках профилактических программ для здорового населения и изучается в семестре № 3.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ(МОДУЛЮ)

3.1. Освоение дисциплины (модуля) **Б1.О.04 Психология здоровья** направлено на формирование у обучающихся компетенций. Дисциплина (модуль) обеспечивает формирование у обучающихся компетенций, в зависимости от типов задач профессиональной деятельности.

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции
Общепрофессиональные компетенции		

Исследование и оценка	ОПК-2. Способен применять научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорийнаселения	ИДК.ОПК-2_1- знает основные принципы, правила и этико-деонтологические нормы проведения психодиагностического исследования ипримeняет в соответствии с целью и задачами исследования психодиагностические методы и методики ИДК.ОПК-2_2- изучает медицинскую документацию, выявляет и анализирует информацию о жалобах (проблемах) и потребностях пациента (клиента) и медицинского персонала (или заказчика услуг), с помощью интервью, анамнестического метода и других клинико-психологических методов, совместно с врачом (или заказчиком услуг) определяет конкретные цели клинико-психологического исследования в связи с лечебно-диагностическими, восстановительно-реабилитационными или профилактическими задачами ИДК.ОПК-2_3- владеет навыками проведения клинико-психологического и экспериментально-психологического исследования диагностики психических функций, состояний, свойств и структуры личности и интеллекта, психологических проблем, конфликтов, способов адаптации, личностных ресурсов, межличностных отношений и других психологических феноменов, в соответствии с целью психодиагностического исследования и этико-деонтологическими нормами
Преподавание (обучение)	ОПК-8. Способен разрабатывать и реализовывать программы обучения основам клинической психологии и психологии здоровья, в том числе здоровьесберегающим технологиям в соответствии с образовательными потребностями представителей различных групп населения (групп риска, уязвимых категорий)	ИДК.ОПК-8_1- знает теоретические и методические основы преподавания психологии ИДК.ОПК-8_2- разрабатывает программы обучения основам клинической психологии и психологии здоровья, в том числе здоровьесберегающим технологиям в соответствии с образовательными потребностями представителей различных групп населения (групп риска, уязвимых категорий) ИДК.ОПК-8_3- использует навыки информирования и консультирования различных групп населения (групп риска, уязвимых категорий)

3.2. Виды профессиональной деятельности, на основе формируемых при реализации Б1.О.04 Психология здоровья компетенций:

Виды задач профессиональной деятельности

Тип: Психодиагностический.

Вид: Диагностика личности и психических явлений.

Тип: Экспертный.

Вид: Психологические исследования в рамках судебно-психологической, военной, медико-социальной, медико-педагогической и иных видов экспертиз, требующих участия психологов.

Тип: Научно-исследовательский.

Вид: Аналитические, демонстрационные.

3.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) выражаются в знаниях, умениях, навыках и (или) опыте деятельности, характеризуют этапы формирования компетенций и обеспечивают достижение планируемых результатов освоения основной

образовательной программы. Результаты обучения по дисциплине соотнесены с индикаторами достижения компетенций.

4. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

4.1. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Вид учебной работы		**Всего часов**	**Семестры**
			3
			часов
1		2	3
Аудиторные занятия (всего), в том числе:		66	66
Лекции (Л)		22	22
Практические занятия (ПЗ)		44	44
Самостоятельная работа обучающегося (СР), в том числе:		42	42
Подготовка к занятиям (ПЗ)		12	12
Подготовка к текущему контролю (ПТК)		10	10
Подготовка к промежуточной аттестации (ППА)		12	12
Промежуточная аттестация		8	8
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	х	х
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	108	108
	ЗЕТ	3	3

4.2. Содержание дисциплины

4.2.1. Темы лекций и количество часов по семестрам изучения дисциплины (модуля)

№	**Название тем лекций дисциплины (модуля)**	**Часы**
1	2	3
	№семестра 3	
1.	Здоровье и болезнь как предмет психологического изучения.	2
2.	Здоровье как системное понятие.	2
3.	Теоретические основы психологии здоровья.	2
4.	Здоровье в культурно-историческом контексте.	2
5.	Античный и адаптационный подходы к здоровью.	2
6.	Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация.	2
7.	Модель здоровой личности.	2
8.	Отношение к здоровью и здоровый образ жизни.	2
9.	Здоровье и жизненный путь человека.	2
10.	Соматическое и психологическое здоровье в детском возрасте.	2
11.	Факторы сохранения и укрепления здоровья на поздних этапах онтогенеза.	2
	Итого часов в семестре	**22**

4.2.2. Темы практических занятий и количество часов по семестрам изучения дисциплины (модуля)

№	Название тем практических занятий дисциплины (модуля)	Часы
1	2	3
	№ семестра 3	
1.	Здоровье и болезнь как предмет психологического изучения.	2
2.	Здоровье как системное понятие. Комплексная оценка состояния здоровья: расчет коэффициента здоровья по Р.М. Баевскому.	2
3.	Теоретические основы психологии здоровья**.** Самооценка состояния (опросник нервно-психического напряжения Т.А. Немчина).	2
4.	Античный и адаптационный подходы к здоровью. Самооценка состояния (шкала оценки субъективной комфортности А. Леоновой, шкала дифференциальных эмоций А. Леоновой).	2
5.	Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация. Самооценка отношения к здоровью (Опросник «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской).	2
6.	Здоровье в культурно-историческом контексте. Самооценка отношения к здоровью (Методика «Индекс отношения к здоровью» С. Дерябо и В. Ясвина).	4
7.	Модель здоровой личности. Самооценка здоровья («Опросник общего здоровья» М.Аргайла). Ресурсы здоровья (шкала оптимизма и активности Н.Е. Водопьяновой).	4
8.	Здоровье и жизненный путь человека.	2
9.	Соматическое и психологическое здоровье в детском возрасте.	4
10.	ВКЗ детей и подростков.	2
11.	Факторы сохранения и укрепления здоровья на поздних этапах онтогенеза.	2
12.	Проблема профессионального здоровья и профессионального выгорания у представителей различных профессий.	4
13.	Национальные образы здоровья	4
14.	Роль психической саморегуляции в поддержании и развитии здоровья личности	4
15.	Методы и приемы саморегуляции при различных неблагоприятных психических состояниях	4
	Итого часов в семестре	**44**

4.2.3. Самостоятельная работа обучающегося

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СР	Всего часов
1	2	3	4
	№ семестра 3		
1	Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка презентаций, подготовка к текущему контролю	8
2	Здоровье и жизненный путь человека	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка презентаций, подготовка к текущему контролю	8
3	Национальные образы здоровья	написание рефератов, подготовка к занятиям, подготовка презентаций, подготовка к текущему контролю	8
4	Методы и приемы саморегуляции	написание рефератов, подготовка к	

		занятиям, подготовка презентаций, подготовка к текущему контролю	8
5	Зачет	подготовка к тестированию и промежуточному контролю	10
	Итого часов в семестре		**42**

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины (модуля)

Основная литература

n/ №	**Наименование, тип ресурса**	**Автор(ы) /редактор**	**Выходные данные, электронный адрес**	**Кол-во экз. (доступов) в БИЦ**
1	**2**	**3**	**4**	**5**
	Психофизиология	Н.Н. Данилова	М.: Аспект Пресс, 2012 – 368 с.	12
1.	Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. бакалав. / - 2-е изд., испр. и доп.	Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова	М. : Юрайт, 2018. - 241, [1] с.	2 экз.
2.	Психология здоровья : учебник / 2-е изд., испр. и доп.	В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина	М. : Юрайт, 2019. - 431 с. URL: https://urait.ru	Неогр.д.
3.	Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учеб. пособие [Электронный ресурс]	Л. А. Байкова	М. : Юрайт, 2019. - 216 с. URL: https://www.urait.ru/	Неогр.д.
4.	Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс]	Ю.Г. Фролова	Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: http://studentlibrary.ru	Неогр.д.
5.	Психология здоровья: учеб.пособиедля высшей школы (электронный ресурс)	Секач М.Ф.	Москва: Академический Проект, 2015.– 192 с. –URL: http://www.iprbookshop.ru/36750.html.– ЭБС «IPRbooks»	Неогр.д.

Дополнительная литература

n / №	Наименование, **тип ресурса**	**Автор(ы) /редактор**	**Выходные данные, электронный адрес**	**Кол-во экз. (доступов) в БИЦ**
1	**2**	**3**	**4**	**5**
1.	Психология здоровья: учеб.пособие (электронный ресурс)	Фролова Ю.Г.	Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 256 с.– URL: http://studentlibrary.ru	Неогр.д.
2.	Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы	Отв. ред. Журавлев А.Л.,	М.: Институт психологии РАН, 2014. – 318 с. –URL: http://www.studentlibrary.ru/book/	Неогр.д.

	современного российского общества	Воловикова М.И., Галкина Т.В.	ISBN9785927002948.html	
3.	Анатомия здорового и нездорового образа жизни [Электронный ресурс]	И. В. Гайворонский, П. К. Яблонский, Г. И. Ничипорук	СПб. : СпецЛит, 2014. - 182 с. URL: http://books-up.ru	Неогр.д.
4.	Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб, заведений	Васильева О.С., Филатов Ф.Р.	М.: Издательский центр “Академия”, 2001. — 352 с. URL: https://www.klex.ru/8k2 http://studmedlib.ru	Неогр.д.

Интернет-ресурсы

1. ЭБС «Консультант студента» http://studmedlib.ru/
2. ЭБС «Университетская библиотека online» http://www.biblioclub.ru/
3. ЭБС «Юрайт» https://urait.ru/
4. ЭБС «BookUp» https://www.books-up.ru/
5. Собственные ресурсы БИЦ ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России ТГМУ https://tgmu.ru/university/bibliotechno-informacionnyj-centr/resursy-bic/sobstvennye/

Интернет-ресурсы и инструкции по их использованию размещены на странице Библиотечно-информационного центра Библиотечно-информационный центр — ФГБО ВО ТГМУ Минздрава России (tgmu.ru)

5.2. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины (модуля)

Информация о материально-техническом обеспечении дисциплины размещена на странице официального сайта университета Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса. Федерального бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Тихоокеанский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации (tgmu.ru)

5.3. Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю), информационно-справочных систем, лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. PolycomTelepresence M100 Desktop Conferencing Application (ВКС)
2. SunRavSoftwaretTester
3. 7-PDF Split&Merge
4. ABBYYFineReader
5. KasperskyEndpointSecurity
6. Система онлайн-тестирования INDIGO

7. MicrosoftWindows 7
8. MicrosoftOfficeProPlus 2013
9. 1С:Университет
10. Гарант
11. MOODLE(модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда)

6. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

6.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

6.2. Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

6.3. Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины (модуля) доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

6.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

7. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Состав научно-педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология и размещен на сайте образовательной организации.

8. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид воспитательной работы	Формы и направления воспитательной работы	Критерии оценки
Помощь в развитии личности	Открытые Дисциплина Б1.О.04 Психология здоровья Беседы и проблемные диспуты по пропаганде здорового образа жизни Участие в межкафедральных конференциях по формированию культуры ведения здорового образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья	Портфолио
	Скрытые – создание атмосферы, инфрастуктуры Дисциплина Б1.О.04 Психология здоровья Формирование культуры ведения здорового образа жизни, развитие способности к сохранению и укреплению здоровья Создание доброжелательной и уважительной атмосферы с высоким уровнем коммуникабельности при реализации дисциплины	
Гражданские ценности	Открытые Дисциплина Б1.О.04 Психология здоровья Проведение мероприятий, способствующих воспитанию гражданско-правовой культуры (круглые столы, диспуты, беседы Актуальные короткие диспуты при наличии особенных событий	Портфолио
	Скрытые Дисциплина Б1.О.04 Психология здоровья Акцентирование внимания на общегражданских ценностных ориентациях и правовой культуре Осознанная гражданская позиция при осуществлении профессиональной деятельности	
Социальные ценности	Открытые Дисциплина Б1.О.04 Психология здоровья Освещение вопросов, посвященных организации здорового образа жизни на основе здоровьесберегающих технологий Освещение вопросов экологической направленности, экологические проблемы как фактор, влияющий на здоровье населения и отдельные популяционные риски	Портфолио
	Скрытые Дисциплина Б1.О.04 Психология здоровья Идентификация в социальной структуре при получении образования и осуществлении профессиональной деятельности	