Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кузнецов Владимир Вячеславович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 30.01.2026 15:18:01
Уникальный программный ключ:
89bc0900301c561c0dcc38a48f0e7de679484a4c

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

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой
_____ / Кравцова Н.А./
«14» апреля 2025

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ Б1.О.04 ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

(наименование дисциплины (модуля)

Специальность	37.05.01 Клиническая психология (код, наименование)
Уровень подготовки	специалитет (специалитет/магистратура)
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 (очная, очно-заочная)
Срок освоения ООП	5,5 лет (нормативный срок обучения)
Институт/кафедра	Клинической психологии

Владивосток, 2025

При разработке методических рекомендаций для преподавателей и обучающихся по дисциплине 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 сфере профессиональной деятельности 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.

Методические рекомендации для преподавателей и обучающихся по дисциплине разработаны авторским коллективом кафедры клинической психологии ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством заведующей кафедрой доцента, доктора психологических наук Кравцовой Натальи Александровны.

Разработчики:

доцент	канд. психол. наук	Осинская С.А.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Методические рекомендации по изучению дисциплины Б1.О.04 Психология здоровья представляют собой комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины.

Для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья необходимо регулярно разбирать материалы лекций, отвечать на вопросы для самоконтроля. Во время самостоятельной проработки лекционного материала особое внимание следует уделять возникающим вопросам, непонятным терминам, спорным точкам зрения. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Лекционный материал организует мыслительную деятельность обучающихся, а практические занятия обеспечивают глубину усвоения материала дисциплины.

При подготовке к практическому занятию особое внимание необходимо обращать на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Для организации самостоятельного изучения тем дисциплины используются материалы фондов оценочных средств.

Самостоятельная работа студентов обеспечивается следующими условиями:

1. наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;

2. создание системы регулярного контроля качества выполненной самостоятельной работы;

3. консультационная помощь преподавателя.

Методический материал для самостоятельной подготовки представляется в виде литературных источников. В список учебно-методических материалов для самостоятельной работы обучающихся входит перечень библиотечных ресурсов учебного заведения и других материалов, к которым обучающийся имеет возможность доступа.

Самостоятельная работа – вид контактной внеаудиторной работы преподавателей и обучающихся по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья. Контроль самостоятельной работы осуществляется ведущим преподавателем. Оценка самостоятельной работы учитывается при проведении промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья.

Текущий контроль по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья предназначен для проверки индикаторов достижения компетенций, стимулирования учебной работы обучающихся и совершенствования методики освоения новых знаний. Текущий контроль по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья проводится в течение семестра по всем видам и разделам учебной дисциплины, охватывающим компетенции, формируемые дисциплиной: доклады-презентации, работа в малых группах, групповое обсуждение, дискуссия, творческие задания, выполнение практических упражнений. Текущий контроль знаний студентов, их подготовки к практическим занятиям осуществляется на каждом занятии.

Промежуточная аттестация предназначена для определения уровня освоения индикаторов достижения компетенций. Проводится в форме экзамена после освоения обучающимся всех разделов дисциплины Б1.О.04 Психология здоровья и учитывает результаты обучения по дисциплине по всем видам работы студента на протяжении всего периода обучения по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья.

Время, отведенное для промежуточной аттестации, указано в графике учебного процесса.

Задания для практических работ, а также задания для подготовки к текущему и промежуточному контролю приведены в фонде оценочных средств по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Перед консультацией, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ЛЕКЦИОННЫМ ЗАНЯТИЯМ

Таблица 1. Методические указания к лекционным занятиям по дисциплине Б1.0.04 Психология здоровья

Тема №1 Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования.	
Продолжительность лекционного занятия (в академических часах):	2
Цель лекционного занятия: 1. Сформировать представление о современном понимании проблематики здоровья. 2. Изучить теоретические основы дисциплины «Психология здоровья».	
План лекции, последовательность ее изложения: 1. Цель, объект и задачи дисциплины «Психология здоровья». 2. Здоровье как предмет исследования в психологии. 3. Основные понятия и категории дисциплины. 4. Современное понимание проблематики здоровья. 5. Существующие подходы к исследованию здоровья.	
Рекомендованная литература: 1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. Бакалав. / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова М. : Юрайт, 2018. - 241 с. 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 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/ 4. Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс] Ю.Г. Фролова Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: http://studentlibrary.ru 5. Психология здоровья: учеб.пособиедля высшей школы Секач М.Ф. Москва: Академический Проект, 2015.– 192 с. –URL: http://www.iprbookshop.ru/36750.html.– ЭБС «IPRbooks» 6. Васильева О.С.Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб, заведений / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. — 352 с. URL: https://www.klex.ru/8k2 http://studmedlib.ru	
Тема №2 Здоровье в культурно-историческом контексте.	
Продолжительность лекций (в академических часах):	2
Цель лекции: 1. Изучить здоровье как социокультурный феномен. 2. Проанализировать внутреннюю структуру и специфические структурные компоненты социокультурных эталонов здоровья.	
План лекции, последовательность ее изложения: 1. Направления в исследовании социокультурных эталонов. 2. Структура социокультурного эталона здоровья. 3. Феноменология здоровья и болезни в культурно-историческом контексте (болезнь и ее значение: проблема интерпретации; сравнительный анализ устойчивых социокультурных	

эталонов здоровья).
4. Национальные образы здоровья и болезни.

Рекомендованная литература:
1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. Бакалав. / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова М. : Юрайт, 2018. - 241 с.
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
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/
4. Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс] Ю.Г. Фролова Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: http://studentlibrary.ru
5. Психология здоровья: учеб.пособиедля высшей школы Секач М.Ф. Москва: Академический Проект, 2015.– 192 с. –URL: http://www.iprbookshop.ru/36750.html.– ЭБС «IPRbooks»
6. Васильева О.С.Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб, заведений / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. — 352 с.
URL: https://www.klex.ru/8k2
http://studmedlib.ru

Тема №3 Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация.

Продолжительность лекций (в академических часах):	2

Цель лекции:
1. Сформировать представление об антропоцентрическом эталоне здоровья как всесторонней самореализации личности.
2. Рассмотреть основные направления психологии, рассматривающие человека в перспективе его развития, духовной составляющей здоровья.

План лекции, последовательность ее изложения:
1. Проблема здоровья в рамках гуманистического подхода.
2. Понятие самоактуализирующейся личности.
3. Нормативный гуманизм Э. Фромма.
4. Здоровье в представлениях экзистенциальных психологов. Теория свободы В. Франкла.
5. Психологическое развитие личности. Теория развития личности Э. Эриксона.

Рекомендованная литература:
1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. Бакалав. / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова М. : Юрайт, 2018. - 241 с.
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
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/
4. Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс] Ю.Г. Фролова Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: http://studentlibrary.ru
5. Психология здоровья: учеб.пособиедля высшей школы Секач М.Ф. Москва: Академический Проект, 2015.– 192 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36750.html. – ЭБС «IPRbooks»
6. Васильева О.С.Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб, заведений / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. — 352 с.
URL: https://www.klex.ru/8k2

http://studmedlib.ru

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Таблица 2. Методические указания к практическим/лабораторным занятиям по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья

Тема №1 Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования.	
Продолжительность практического занятия (в академических часах):	2
Цель практического занятия: 1. Изучение представлений о теоретических основах дисциплины «Психология здоровья». 2. Ознакомиться с понятием психологического здоровья; изучить качества зрелой личности. 3. Научиться дифференцировать понятия нормальной и патологической личности.	
Условия для проведения занятия: учебная аудитория с возможностью перемещения мебели, наличием мультимедийного оборудования для демонстрации презентации в Power Point и видео.	
Самостоятельная работа обучающегося: работа с конспектом лекций, основной и дополнительной литературой по подготовке к практическому занятию. Подготовиться к защите творческого задания в соответствии с требованиями. 1. Составить таблицу «Определения здоровье и болезнь в разных областях знаний». 2. Проектная групповая работа «Критерии и содержательные единицы в определении понятия «Здоровье»».	
Методы контроля полученных знаний и навыков: доклады-презентации, групповое обсуждение, работа в малых группах, творческое задание.	
Рекомендованная литература: 1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. Бакалав. / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова М. : Юрайт, 2018. - 241 с. 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 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/ 4. Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс] Ю.Г. Фролова Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: http://studentlibrary.ru 5. Психология здоровья: учеб.пособиедля высшей школы Секач М.Ф. Москва: Академический Проект, 2015.– 192 с. –URL: http://www.iprbookshop.ru/36750.html.– ЭБС «IPRbooks» 6. Васильева О.С.Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб, заведений / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. — 352 с. URL: https://www.klex.ru/8k2 http://studmedlib.ru	
Тема №2 Здоровье в культурно-историческом контексте.	
Продолжительность практического занятия (в академических часах):	4

Цель практического занятия - изучить:
1. Рассмотреть социокультурные эталоны здоровья.
2. Провести сравнительный анализ устойчивых социокультурных эталонов здоровья.
3. Ознакомиться с национальными образами здоровья и болезни.

Условия для проведения занятия: учебная аудитория с возможностью перемещения мебели, наличием мультимедийного оборудования для демонстрации презентации в Power Point и видео

Самостоятельная работа обучающегося: работа с конспектом лекций, основной и дополнительной литературой по подготовке к практическому занятию. Подготовиться к защите творческого задания в соответствии с требованиями.

Разделы и темы для самостоятельного изучения	**Виды и содержание самостоятельной работы**
Качества зрелой личности	Составление таблицы
Нормальная и патологическая личность	Составление таблицы
Национальные образы здоровья и болезни (представления о здоровье в древнерусской культуре)	Составление таблицы, доклады-презентации

Методы контроля полученных знаний и навыков: доклады-презентации, групповое обсуждение, закрытая дискуссия в микрогруппах, творческое задание.

Рекомендованная литература:
1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. Бакалав. / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова М. : Юрайт, 2018. - 241 с.
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
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/
4. Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс] Ю.Г. Фролова Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: http://studentlibrary.ru
5. Психология здоровья: учеб.пособиедля высшей школы Секач М.Ф. Москва: Академический Проект, 2015.– 192 с. –URL: http://www.iprbookshop.ru/36750.html.– ЭБС «IPRbooks»
5. Васильева О.С.Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб, заведений / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. — 352 с.
URL: https://www.klex.ru/8k2
http://studmedlib.ru

Тема №3 Антропоцентрический эталон: здоровье как всесторонняя самореализация.

Продолжительность практического занятия (в академических часах):	2

Цель практического занятия - изучить:
1. Провести анализ представлений о здоровье личности в различных направлениях психологии.
2. Выявить и изучить сущностные характеристики самоактуализирующихся людей, как основы для здоровья личности.

Условия для проведения занятия: учебная аудитория с возможностью перемещения мебели, наличием мультимедийного оборудования для демонстрации презентации в Power Point и видео

Самостоятельная работа обучающегося: работа с конспектом лекций, основной и дополнительной литературой по подготовке к практическому занятию, подготовиться к защите творческого задания в соответствии с требованиями. 1. Составить таблицу «Характеристики самоактуализирующихся людей», где указать направления психологии и их представителей. 2. Составить дифференциальную таблицу:

Структурные элементы эталонов	Виды эталонов		
	Античный	Адаптационный	Антропоцентрический

Методы контроля полученных знаний и навыков: доклады-презентации, групповое обсуждение, работа в малых группах, творческое задание.

Рекомендованная литература:

1. Айзман Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учеб. пособие для акад. Бакалав. / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова М. : Юрайт, 2018. - 241 с.
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
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/
4. Медицинская психология : учебник [Электронный ресурс] Ю.Г. Фролова Минск : "Вышэйшая школа", 2016. - 431 с. URL: http://studentlibrary.ru
5. Психология здоровья: учеб.пособиедля высшей школы Секач М.Ф. Москва: Академический Проект, 2015. – 192 с. – URL: http://www.iprbookshop.ru/36750.html.– ЭБС «IPRbooks»
6. Васильева О.С.Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : учеб. пособие для студ. высш. учеб, заведений / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. — 352 с.
URL: https://www.klex.ru/8k2
http://studmedlib.ru

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ТЕКУЩЕГО И ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ

Таблица 3. Методические указания к проведению текущего и промежуточного контроля по дисциплине Б1.О.04 Психология здоровья

Вид аттестации	Форма аттестации
Текущая аттестация	- подготовка к занятиям; - подготовка к текущему контролю; - подготовка творческих заданий по темам дисциплины - проектная групповая работа «Критерии и содержательные единицы в определении понятия «Здоровье»», «Определения здоровье и болезнь в разных областях знаний», «Национальные образы здоровья и болезни (представления о здоровье в древнерусской культуре)», «Характеристики самоактуализирующихся людей», «Сравнительный анализ устойчивых социокультурных эталонов здоровья» и др. - подготовка к тестированию.

Промежуточная аттестация	проводится в форме зачета, на котором оценивается степень сформированности у обучающихся компетенций, в зависимости от типов задач профессиональной деятельности.

5 ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

5.1. 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.

5.2. 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.

5.3. 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 Б1.О.04 Психология здоровья доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

5.4. 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.

6. 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.

