федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

по направлению подготовки (специальности)

37.05.01 «Клиническая психология»

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 «Клиническая психология»

утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № \_9\_ от «\_30\_» \_\_\_апреля\_\_\_2021 г.

Оренбург

**1. Методические рекомендации к лекционному курсу**

**Модуль №1.** **Подходы к определению понятий «здоровье-болезнь», «норма-патология»**

**Лекция №1.**

**Тема:** Подходы к определению понятий «здоровье-болезнь», «норма-патология»

**Цель:**

* сформировать у студентов целостное представление о предмете и структуре психологии здоровья; о социальной ценности здоровья, экономическом и духовном потенциале, необходимом для создания условий сохранения здоровья человека;
* помочь уяснить сущность здорового образа жизни и необходимых условий развития физически здорового человека; влияния на здоровье окружающей среды;
* научить студентов применять на практике полученные знания по сохранению здоровья и руководствоваться ими в культурно-просветительской деятельности.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Определение понятия здоровья, основных его категорий. Актуальные для психологов социально-гигиенические проблемы охраны здоровья. Общие для психологии, гигиены, медицины проблемы жизни человека. Уровень, стиль, качество жизни. Их значение в формировании здоровья.

Здоровье как комплексное понятие. Основные подходы к определению и исследованию здоровья, к разграничению «здоровья-нездоровья».

Здоровый образ жизни в формировании, сохранении и укреплении здоровья. Значение психологии, сознания, культуры в мотивации здорового образа жизни. Психология и культура как источник сохранения и становления здоровья через осознание человека. Роль семьи, общества в формировании мотивации, потребностей, ценностных установок на здоровье.

**Форма организации лекции:** вводная, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №2.** **Критерии здоровья**

**Лекция №1.**

**Тема:** Критерии здоровья

**Цель:**

* воспитание отношения у студентов к своему здоровью как главной человеческой ценности; обеспечить усвоение основных положений о здоровье по данным анатомии, физиологии, психологии, гигиены человека; биопсихосоциальной основы самовыздоровления и самосовершествования; овладение аутотренингом;
* сформировать знание и понимание формулы «здоровье-болезнь» по критериям Всемирной организации здравоохранения;
* научить выделять на практике патогенные факторы и группы лиц с признаками неустойчивости здоровья.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Определение понятия здоровья; критерии здоровья вообще и психического – в частности.

Подходы к оценке здоровья: субъективный, статистический, функциональный, социальный.

Процедура определения состояния здоровья: наблюдение, расспрос, исследование, оценка.

Понятие «идеального» здоровья человека.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №3.** **Психическое здоровье**

**Лекция №1.**

**Тема:** Психическое здоровье

**Цель:**

* сформировать знания о психическом здоровье, как факторе, определяющем качество жизни; о влиянии эмоций на развитие личности; о воздействии эмоционального состояния на психические и физиологические функции организма; о стрессах и видах стрессов: постоянных, умеренных (эустресс), дистресс; о психическом истощении; об уровнях стресса; о принципах выхода из стресса;
* научить понимать роль социальных мотивов личности в формировании индивидуального и общественного здоровья;
* обеспечить овладение умениями оценивать здоровье человека в аспекте потребностей его личности и её поведенческого профиля.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Психологическое благополучие как составляющая качества жизни. Семья как фактор психологического здоровья личности.

Проблема формирования и восстановления ВПФ. Клинико-психологическое сопровождение беременности, родов и раннего психического развития ребёнка.

Психология поведения и сексуальности и их влияние на здоровье. Психологическое сопровождение нормального и патологического здоровья.

Психология профессионального здоровья. Нормальные и патологические формы преодоления стрессов, кризисов, дезадаптации. Психология отдыха как ресурса сохранения здоровья.

Профилактика девиантного поведения и аддикций личности.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №4.** **Факторы адаптации и стрессоустойчивости в сохранении здоровья**

**Лекция №1.**

**Тема:** Факторы адаптации и стрессоустойчивости в сохранении здоровья

**Цель:**

* сформировать знания основных форм и этапов развития расстройств, связанных со стрессом, кризисным состоянием; о предмете и задачах психодиагностики, психокоррекции, психотерапии и психопрофилактики; о современных направлениях исследований в данной области; об отечественных классификациях в сопоставлении с МКБ-10; знание проблематики суицидов, понятия суицидальной личности, психологического портрета суицидента, причин суицидального поведения, типов и клинических проявлений суицидального поведения;
* сформировать умения оценивать роль психологических и социальных факторов в происхождении и развитии расстройств, связанных со стрессом и кризисным состоянием, с учетом состояния конкретного больного; планировать психодиагностические обследования и реализовывать психокоррекционные, психотерапевтические, реабилитационные и психопрофилактические мероприятия; уметь оценивать роль психологических и социальных факторов в происхождении и развитии суицидального поведения; планировать психодиагностические обследования и реализовать психокоррекционные, психотерапевтические, реабилитационный и психопрофилактические мероприятия;
* научить овладению практическими навыками психологического обследования пациентов с расстройствами, связанными со стрессом; владеть практическими навыками психологического обследования пациентов с суицидальным поведением.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Психология кризисных и стрессовых состояний и их влияние на здоровье. Психологические механизмы адаптации и характеристика состояний и уровней дезадаптации. Понятия фрустрации и конфликта. Механизмы психологической защиты и копинг-поведения (совладающего поведения). Кризисные состояния обыденной жизни. Суицидальное поведение как кризисное состояние личности

Индивидуальные психологические ресурсы в преодолении жизненных трудностей. Связь расстройств адаптации с соматическими расстройствами и проблемами в сексуальном здоровье.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №5.** **Психогигиена и психопрофилактика**

**Лекция №1.**

**Тема:** Психогигиена и психопрофилактика

**Цель:**

* сформировать знания психологических основ формирования здорового образа жизни, направленного на сохранение и поддержание здоровья физического, психического, сексуального, нравственного;
* сформировать умения составлять психогигиенические программы и проводить психопрофилактические мероприятия, направленные на отказ от курения, употребления алкоголя и наркотиков, на правильное питание, активный образ жизни;
* обеспечить овладение способностью и навыками организации эффективной адаптации и совладающего поведения.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Понятия психогигиены и психопрофилактики.

Теоретические основы и практические методы формирования здоровых привычек, личностных смыслов и ценностей, эффективной адаптации и совладающего поведения.

Профилактика кризисных и стрессовых расстройств, отклоняющегося поведения, психосексуальных нарушений, нарушений питания, профилактика курения, алкоголизма, наркоманий, психосоматических заболеваний.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №6.** **Здоровье и качество жизни**

**Лекция №1.**

**Тема:** Здоровье и качество жизни

**Цель:**

* сформировать знания смыслов и сущности понятий и подходов к определению критериев качества жизни, психологических факторов долголетия, защитных механизмов личности и самоконтроля человека;
* научить умениям организовать рациональное питание и рассматривать качество питания как одно из качеств жизни; умениям определять резервы организма и резервы психики; умениям организовывать активный образ жизни с эффективной двигательной активностью и с преодолением гиподинамии;
* обеспечить овладение способностью активации резервов организма и психики, методами аутогенной тренировки, активации компенсаторных механизмов, оптимизации адаптации.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Понятие и критерии качества жизни. Комплексный подход к оценке факторов, влияющих на качество жизни. Проблемы питания и здоровье, рациональное питание и стили питания.

Двигательная активность и физическое и психическое здоровье, профилактика гиподинамии.

Понятие социального функционирования человека, виды и уровни социального функционирования. Человек в семье, человек в образовательной среде, человек в экономике, человек в политике, человек в обществе

Психологическое обеспечение качества жизни.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №7.** **Влияние психических и соматических факторов на сохранение здоровья личности**

**Лекция №1.**

**Тема:** Влияние психических и соматических факторов на сохранение здоровья личности

**Цель:**

* сформировать знания основных этапов развития теории и практики в клинике внутренних болезней, её целей, предмета и задач; современных направлений исследований; семиотики; клинических проявлений основной патологии, принципов фармакотерапии внутренних болезней; роли и места клинического психолога в системе терапии внутренних болезней; особенностей психологической диагностики при наиболее распространенных заболеваниях;
* сформировать знания основных этапов развития теории и практики психологии личности и личностных нарушений; целей и предмета психологии личности; основных классических и современных концепций этиологии, условий и механизмов развития личностных расстройств и аномалий характера;
* научить оценивать роль психологических и социальных факторов в возникновении и развитии заболевания у конкретного больного, планировать и проводить психодиагностическое обследование, планировать и проводить психокоррекционные и реабилитационные мероприятия;
* научить оценивать роль психологических факторов в возникновении личностных расстройств, планировать психодиагностическое обследование пациента с личностным расстройством с целью проведения лечебных, психокоррекционных и реабилитационных мероприятий;
* обеспечить овладение практическими навыками психологического исследования пациента в клинике внутренних болезней; планировать мероприятия по психосоциальной реабилитации, восстановительному обучению и психологической коррекции при наиболее распространённых заболеваниях;
* обеспечить овладение основными методами анализа и оценки личностных расстройств в рамках ведущих концепций личности и клинической психиатрии; практическими навыками психологической диагностики личностных расстройств при различных видах психической патологии.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Понятия нормы и патологии в клинике. Определение этиологии, патогенеза. Классификация заболеваний по этиологии, патогенезу, характеру течения, локализации патологического процесса. Влияние соматических заболеваний на возможности, условия развития и адаптации личности. Соматическое заболевание как фактор риска психической патологии. Психологическое исследование пациента в клинике внутренних болезней. Психосоциальная реабилитация, восстановительное обучение и психологическая коррекция при наиболее распространенных заболеваниях. Место психотерапии и психопрофилактики в клинике внутренних болезней.

Клиника, этиология, механизмы, особенности патогенных конфликтов, дифференциальная диагностика невротических расстройств. Соматоформные расстройства: конверсионный синдром, психогенный болевой синдром, синдром соматизации, ипохондрия. Этиология и патогенез расстройств личности и поведения. Возрастная динамика, компенсация и декомпенсация, фазы, реакции, развитие. Основные характеристики клинической картины, общие принципы лечения, психокоррекции, психотерапии и психопрофилактики при расстройствах привычек и влечений. Клиника, общие принципы лечения, психокоррекции, психотерапии и психопрофилактики при расстройствах половой идентификации, сексуального предпочтения, а также при расстройствах, связанных с сексуальным развитием и ориентацией. Концепция психосоматической медицины с учетом комплексного соматопсихосоциального взаимодействия при возникновении, течении и терапии заболеваний. Современная биопсихосоциальная концепция возникновения и развития соматических и психосоматических расстройств.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №8.** **Психологические подходы в сохранении здоровья**

**Лекция №1.**

**Тема:** Психологические подходы в сохранении здоровья

**Цель:** целью изучения данной темы является активация студентов факультета клинической психологии в решение следующих наиболее приоритетных для здоровья населения России проблем:

* распространение и поддержание установок на здоровый образ жизни
* повышение коммуникативных компетенций специалистов, работающих в сфере здравоохранения и образования
* профилактика и коррекция разных форм зависимого поведения (от алкоголя, от ПАВ и др.)
* профилактика и лечение депрессивных и тревожных расстройств и тесно связанного с ними суицидального поведения
* повышение качества и доступности психологической помощи российским семьям, профилактика социального сиротства, развитие службы семейного жизнеустройства детей-сирот и профессионального сопровождения приемных семей
* совершенствование организационных и научных основ психотерапевтической помощи, психологического консультирования и реабилитации как важнейших звеньев в системах здравоохранения и образования.

**Аннотация лекции:** Лекция включает в себя освещение следующих вопросов:

Самоконтроль человека: состав, функция и виды самоконтроля.

Теория защитных механизмов личности, интеллектуальные защиты. Защитная адаптация от внешних условий.

Профилактика дезадаптации и расстройств при стрессовых и кризисных ситуациях. Активация компенсаторных механизмов. Понятие надёжности личности и резервных возможностей.

Способы разрешения межличностных конфликтов. Развитие навыков позитивно-конструктивных паттернов межличностного взаимодействия.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**2. Методические рекомендации по проведению практических занятий**

**Модуль 1. Подходы к определению понятий «здоровье-болезнь», «норма-патология»**

**Тема 1.** Современные концепции психического и соматического здоровья и способы его оценки

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* знать о сущности здорового образа жизни и необходимых условиях развития физически здорового человека; о влиянии на здоровье окружающей среды;
* иметь целостное представление о предмете и структуре психологии здоровья; о социальной ценности здоровья; экономическом и духовном потенциале, необходимом для создания условий сохранения здоровья человека;
* уметь применять на практике полученные знания по сохранению здоровья и руководствоваться ими в культурно-просветительской деятельности.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 2. Критерии здоровья**

**Тема 1.** Субъективная, статистическая, функциональная, социальная оценка состояния здоровья

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* уметь оценивать здоровье человека в аспекте потребностей его личности и с учётом поведенческого профиля
* уметь оценивать роль психологических и социальных факторов в происхождении и развитии расстройств, связанных со стрессом и кризисным состоянием, с учетом состояния конкретного больного; планировать психодиагностические обследования и реализовывать психокоррекционные, психотерапевтические, реабилитационные и психопрофилактические мероприятия; уметь оценивать роль психологических и социальных факторов в происхождении и развитии суицидального поведения; планировать психодиагностические обследования и реализовать психокоррекционные, психотерапевтические, реабилитационный и психопрофилактические мероприятия
* владеть современными способами оценки здоровья: субъективно, статистически, функционально, социально, по формуле ВОЗ, с помощью опросников и шкал.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 3. Психическое здоровье**

**Тема 1.** Критерии психического здоровья

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* знать психическое здоровье, как фактор, определяющий качество жизни; эмоции, влияние эмоций на развитие личности; воздействие эмоционального состояния на психические и физиологические функции организма; стресс, виды стресса: постоянный, умеренный (эустресс), дистресс; психическое истощение; уровни стресса; принципы выхода из стресса;
* понимать роль социальных мотивов личности в формировании индивидуального и общественного здоровья;
* уметь оценивать здоровье человека в аспекте потребностей его личности и её поведенческого профиля.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 4. Факторы адаптации и стрессоустойчивости в сохранении здоровья; здоровье и качество жизни**

**Тема 1.** Понятие психосоматического здоровья

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* приобретение специальных профессиональных знаний о психологии телесности, её биологических и социокультуральных детерминантах; о психосоматических и соматопсихотических соотношениях; о становлении психосоматического направления в психологии и медицине; о влиянии психических факторов на развитие соматической патологии, а физических заболеваний – на развитие патологии психической;
* усвоение психологических и патопсихологических закономерностей возникновения психосоматических и соматоформных заболеваний и расстройств (ПСР); критериев их диагностики; роли личности больных в развитии данной патологии; закономерностей формирования внутренней картины болезни (ВКБ); подходов и принципов психотерапии, психокоррекции и реабилитации больных данного профиля;
* овладение навыками контактирования и коммуникации с больными психосоматического профиля; методами их психологического обследования; умением оказания им неотложной психологической помощи; практическими навыками психокоррекции, психотерапии, психопрофилактики.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 5. Психогигиена и психопрофилактика, психологические подходы в сохранении здоровья**

**Тема 1.** Психология здорового образа жизни

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* знать основы «здорового поведения» и «нездорового поведения»; влияние жизненного стиля на состояние здоровья; содержание понятий психогигиены, психопрофилактики, здорового образа жизни;
* уметь организовать стиль жизни и конкретные мероприятия по предотвращению психических и психосоматических расстройств, по укреплению «общего здоровья», применять на практике основные принципы укрепления здоровья;
* владеть методами психогигиены и психопрофилактики, методиками проведения тренингов по укреплению здоровья, подходами к первичной, вторичной и третичной психопрофилактике.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 6. Здоровье и качество жизни**

**Тема 1.** Понятие психосоматического здоровья (продолжение)

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* приобретение специальных профессиональных знаний о психологии телесности, её биологических и социокультуральных детерминантах; о психосоматических и соматопсихотических соотношениях; о становлении психосоматического направления в психологии и медицине; о влиянии психических факторов на развитие соматической патологии, а физических заболеваний – на развитие патологии психической;
* усвоение психологических и патопсихологических закономерностей возникновения психосоматических и соматоформных заболеваний и расстройств (ПСР); критериев их диагностики; роли личности больных в развитии данной патологии; закономерностей формирования внутренней картины болезни (ВКБ); подходов и принципов психотерапии, психокоррекции и реабилитации больных данного профиля;
* овладение навыками контактирования и коммуникации с больными психосоматического профиля; методами их психологического обследования; умением оказания им неотложной психологической помощи; практическими навыками психокоррекции, психотерапии, психопрофилактики.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)*   Отработка практических умений и навыков   * Отработка практических навыков применения техник преодоления стресса и управления трудными психологическими состояниями *(перечень и описание упражнений представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Тема 2.** Понятие психосоматического здоровья (продолжение)

**Вид учебного занятия:** контроль самостоятельной работы.

**Цель:**

* приобретение специальных профессиональных знаний о психологии телесности, её биологических и социокультуральных детерминантах; о психосоматических и соматопсихотических соотношениях; о становлении психосоматического направления в психологии и медицине; о влиянии психических факторов на развитие соматической патологии, а физических заболеваний – на развитие патологии психической;
* усвоение психологических и патопсихологических закономерностей возникновения психосоматических и соматоформных заболеваний и расстройств (ПСР); критериев их диагностики; роли личности больных в развитии данной патологии; закономерностей формирования внутренней картины болезни (ВКБ); подходов и принципов психотерапии, психокоррекции и реабилитации больных данного профиля;
* овладение навыками контактирования и коммуникации с больными психосоматического профиля; методами их психологического обследования; умением оказания им неотложной психологической помощи; практическими навыками психокоррекции, психотерапии, психопрофилактики.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Проверка презентаций *(темы презентаций представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 7. Влияние психических и соматических факторов на сохранение здоровья личности**

**Тема 1.** Поддержание и сохранение здоровья людей, перенесших или испытывающих воздействие чрезвычайных и экстремальных факторов (техногенные и природные катастрофы, теракты и т.п.)

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* знать основные формы и этапы развития расстройств, связанных со стрессом, кризисным состоянием, предмет и задачи психодиагностики, психокоррекции, психотерапии и психопрофилактики, современные направления исследований в данной области: отечественные классификации в сопоставлении с МКБ-10;
* уметь оценивать роль психологических и социальных факторов в происхождении и развитии расстройств, связанных со стрессом и кризисным состоянием, с учетом состояния конкретного больного; планировать психодиагностические обследования и реализовывать психокоррекционные, психотерапевтические, реабилитационные и психопрофилактические мероприятия;
* владеть практическими навыками психологического обследования пациентов с расстройствами, связанными со стрессом.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 8. Психологические подходы в сохранении здоровья**

**Тема 1.** Психология здорового образа жизни (продолжение)

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:**

* знать основы «здорового поведения» и «нездорового поведения»; влияние жизненного стиля на состояние здоровья; содержание понятий психогигиены, психопрофилактики, здорового образа жизни;
* уметь организовать стиль жизни и конкретные мероприятия по предотвращению психических и психосоматических расстройств, по укреплению «общего здоровья», применять на практике основные принципы укрепления здоровья;
* владеть методами психогигиены и психопрофилактики, методиками проведения тренингов по укреплению здоровья, подходами к первичной, вторичной и третичной психопрофилактике.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)*   Отработка практических умений и навыков   * Отработка практических навыков планирования мероприятий, направленных на профилактику суицидального поведения *(инструкции к выполнению представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Письменный опрос *(вопросы для письменного опроса представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Тема 2.** Психология здорового образа жизни (продолжение)

**Вид учебного занятия:** контроль самостоятельной работы.

**Цель:**

* знать основы «здорового поведения» и «нездорового поведения»; влияние жизненного стиля на состояние здоровья; содержание понятий психогигиены, психопрофилактики, здорового образа жизни;
* уметь организовать стиль жизни и конкретные мероприятия по предотвращению психических и психосоматических расстройств, по укреплению «общего здоровья», применять на практике основные принципы укрепления здоровья;
* владеть методами психогигиены и психопрофилактики, методиками проведения тренингов по укреплению здоровья, подходами к первичной, вторичной и третичной психопрофилактике.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Отработка практических умений и навыков   * Проверка наглядных пособий (плакаты, буклеты, брошюры) направленных на пропаганду здорового образа жизни, профилактику девиантного поведения *(инструкции к выполнению представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).