

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
(повна назва вищого навчального закладу)
Кафедра соціальної допомоги та практичної психології

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
Проректор з науково-педагогічної роботи

(П.І.Б.)
“ _____ ” _____ 2019 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Індивідуальний розвиток та детермінанти психічного здоров'я особистості

(назва навчальної дисципліни)

Рівень вищої освіти третій (доктор філософії)

Спеціальність 053 Психологія

(код і назва спеціальності (тей))

Інститут/факультет факультет психології та соціальної роботи

(назва інституту, факультету)

Робоча програма складена на основі навчальної програми з дисципліни
«Індивідуальний розвиток та детермінанти психічного здоров'я особистості»
(назва навчальної дисципліни)

Розробник: к.психол.н., доцент Кременчуцька Маргарита Костянтинівна
Звання, посада

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри соціальної допомоги та практичної психології

Протокол № 1 від. "28" серпня 20 р.
Завідувач кафедри _____
(підпис)

(Псядло Е.М.)
(прізвище та ініціали)

Схвалено навчально-методичною комісією (НМК) факультету психології та соціальної роботи

Протокол № 1 від. "30" серпня 2019 р.

Голова НМК _____
(підпис)

(Кременчуцька М.К.)
(прізвище та ініціали)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри _____

Протокол № від. " " вересня 20 р.

Завідувач кафедри _____
(підпис)

(_____)
(прізвище та ініціали)

1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників | Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, рівень вищої освіти | Характеристика навчальної дисципліни | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|
| | | <i>денна форма навчання</i> | <i>заочна форма навчання</i> |
| Загальна кількість: кредитів – 3 годин – 90 залікових модулів 1 змістових модулів 2 ІНДЗ* – _____ (вид завдання) | Галузь знань <u>05 - Соціальні та поведінкові науки</u> (шифр і назва) Спеціальність <u>053 Психологія</u> (код і назва) Спеціалізації: _____ (назва) Рівень вищої освіти: <u>третій (доктор філософії)</u> | За вибором студента | |
| | | <i>Рік підготовки:</i> | |
| | | 2-й | -й |
| | | <i>Семестр</i> | |
| | | 1-й | -й |
| | | <i>Лекції</i> | |
| | | 8 год. | год. |
| | | <i>Практичні, семінарські</i> | |
| | | год. | год. |
| | | <i>Лабораторні</i> | |
| | | год. | год. |
| | | <i>Самостійна робота</i> | |
| | | 82 год. | год. |
| | | у т.ч. ІНДЗ*: - _____ год. | |
| Форма підсумкового контролю: <u>залік</u> | | | |

* – за наявності

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни — сформувати у аспірантів знання з наукового розуміння сучасних уявлень про детермінанти та фактори психічного здоров'я, зокрема біологічні, психологічні та соціальні.

Завдання дисципліни полягає у системному аналізі формування концепту психологічного здоров'я, його компонентів та зв'язків з іншими напрямками психології.

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів наступних **компетентностей**:

а) загальних (ЗК):

КСО. 06. – екологічна грамотність, здатність оцінювати вплив антропологічного фактору на довкілля та вести здоровий спосіб життя; КЗП. 04. вміння використовувати сучасні методи превенції та запобігання поведінки, що відхиляється серед молоді;

КЗП. 06. - базові знання в галузі сучасних інформаційних технологій; уміння використовувати програмні засоби і інтернет-ресурси з метою впровадження досягнень науково-технічного прогресу у виробництво і соціальну сферу;

КЗП. 11. – базові уявлення про детермінанти та фактори психічного здоров'я, зокрема біологічні, психологічні та соціальні;

в) спеціальних фахових (СК):

КСП. 06. - поглиблені знання про найбільш поширені порушення психічного здоров'я та їх клінічні характеристики

Очікувані результати навчання. У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

вміти фізично і розумово самовдосконалюватися, використовувати фізичні вправи з метою збереження та зміцнення власного здоров'я як складової ефективної професійної діяльності;

володіти прийомами попередження девіації серед студентської молоді;

володіти знанням про стадії індивідуального розвитку;

мати конкретні знання про біо-психо-соціальні фактори позитивного психічного здоров'я;

вміти аналізувати комплексні причини порушень психічного здоров'я та обґрунтовувати причини його порушень у конкретних ситуаціях;

розуміти причини відмінностей у розповсюдженні проблем психічного здоров'я у соціуму з різними характеристиками;

вміти застосовувати поширені та специфічні опитувальники на депресію, тривогу, алкогольну аддукцію та ін.

3. Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Загальні уявлення про психічне здоров'я та його детермінанти

Тема 1. Уявлення про історичну сутність, зміст, закономірності та етапи формування уявлень про психічне здоров'я.

Поняття про психологію здоров'я; місце психології здоров'я в інших галузях наукових знань; здоров'я людини в контексті психології; базові визначення стану здоров'я; фактори підвищення рівня психічного здоров'я; принципи забезпечення психічного здоров'я особистості.

Тема 2 . Детермінанти та фактори психічного здоров'я, зокрема біологічні, психологічні та соціальні.

Генетична схильність; фізичне здоров'я; слабкість психологічних захисних механізмів; психогенія; сімейна і соціальна депривація; соціальна криза.

Змістовий модуль 2. Найбільш поширені порушення психічного здоров'я та їх клінічна характеристика.

Тема 1. Генезис негативного та позитивного компоненту психічного здоров'я.

Сприятливі фактори психологічного здоров'я; провокуючі фактори психологічного здоров'я; підтримують фактори психологічного здоров'я;

Тема 2 . Симптоматика та динаміка формування найбільш поширених проблем психічного здоров'я.

4. Структура навчальної дисципліни

| Назви тем | Кількість годин | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------|-----|-----|----|--------------|--------------|-----|-----|----|
| | Денна форма | | | | | Заочна форма | | | | |
| | Усього | у тому числі | | | | Усього | у тому числі | | | |
| | | л | п/с | лаб | сп | | л | п/с | лаб | сп |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| Змістовий модуль 1. Загальні уявлення про психічне здоров'я та його детермінанти | | | | | | | | | | |
| Тема 1. Уявлення про історичну сутність, зміст, закономірності та етапи формування уявлень про психічне здоров'я. | 26 | 2 | | | 24 | | | | | |
| Тема 2. Детермінанти та фактори психічного здоров'я, зокрема біологічні, психологічні та соціальні. | 22 | 2 | | | 20 | | | | | |
| Разом за змістовим модулем 1 | 48 | 4 | | | 44 | | | | | |

| Змістовий модуль 2. Найбільш поширені порушення психічного здоров'я та їх клінічна характеристика. | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|--|--|-----------|--|--|--|--|
| Тема 1. Генезис негативного та позитивного компоненту психічного здоров'я. | 22 | 2 | | | 20 | | | | |
| Тема 2. Симптоматика та динаміка формування найбільш поширених проблем психічного здоров'я. | 20 | 2 | | | 18 | | | | |
| Разом за змістовим модулем 2 | 42 | 4 | | | 38 | | | | |
| ІНДЗ* | | | | | | | | | |
| Усього годин | 90 | 8 | | | 82 | | | | |

* – за наявності

5. Теми семінарських занять

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|-------|------------|-----------------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| ... | | |

6. Теми практичних занять

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|-------|------------|-----------------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| ... | | |

7. Теми лабораторних занять

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|-------|------------|-----------------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| ... | | |

8. Самостійна робота

| № з/п | Назва теми/ види завдань | Кількість годин |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1. | Уявлення про гедоністичний та ейдемонічний компоненти психічного здоров'я та його культурну обумовленість | 4 |

| | | |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 2. | Дефініції психічного здоров'я | 4 |
| 3. | Риси психічного здоров'я з урахуванням культурного контексту | 4 |
| 4. | Біо-психосоціальні фактори позитивного психічного здоров'я | 4 |
| 5. | Застосування міжнародних баз даних у вивченні психосоціальних детермінант психічного здоров'я | 4 |
| 6. | Диференціальна оцінка факторів психічного здоров'я | 4 |
| 7. | Використання міжнародно- визнаних джерел епідеміологічної інформації стосовно психічного здоров'я | 4 |
| 8. | Роль особистості психолога у підтримці психічного здоров'я на індивідуальному рівні; | 4 |
| 9. | Моделі взаємодії факторів психічного здоров'я | 4 |
| 10. | Застосування соціальних факторів при аналізі психічного здоров'я | 4 |
| 11. | Основні рівні (мега-, мезо- та мікро-) впливу соціальних факторів на психічне здоров'я | 4 |
| 12. | Оцінювання психічного здоров'я з допомогою міжнародно- визнаних інструментів | 4 |
| 13. | Ієрархічні рівні соціальних факторів та їх роль у формуванні психічного здоров'я | 4 |
| 14. | Навички аналізу соціальних детермінант психічного здоров'я з позицій соціальної нерівності | 4 |
| 15. | Комплексні причини порушень психічного здоров'я | 4 |
| 16. | Риси особистості, які привертають певні порушення психічного здоров'я | 4 |
| 17. | Сучасні уявлення про симптоматику та динаміку формування найбільш поширених проблем психічного здоров'я | 4 |
| 18. | Співвідношення між найбільш поширеними проблемами психічного здоров'я | 4 |
| 19. | Гендерні та вікові особливості найбільш поширених порушень психічного здоров'я з урахуванням біо-психосоціального підходу | 4 |
| 20. | Сучасні інструменти для виявлення та аналізу перебігу найбільш поширених порушень психічного здоров'я | 4 |
| 21. | Специфічні та поширені опитувальники на депресію, тривогу, алкогольну аддукцію та ін. | 2 |
| | Разом | 82 |

До самостійної роботи відноситься:

[1] – підготовка до лекцій.

[2] – написання рефератів, ессе;

9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Виготовлення таблиць, написання реферату, доповідь на наукових конференціях, підготовка наукової статті.

10. Методи навчання

Лекції, підсумкові заняття, Використання дистанційного навчання – з залученням аспірантів до освітніх ресурсів та міжнародновизначених курсів.

11. Методи контролю

Поточний контроль, модульний (семестровий) контроль. Форма поточного контролю обирається науковим керівником.

Критерії оцінювання:

- Наявність конспекту лекцій 10
- Реферування літератури 15
- Участь у проектній розробці 15
- Тези за предметом 20
- Підсумковий модульний контроль 40

12. Питання для підсумкового контролю

1. Наукові та соціальні передумови виокремлення дисципліни «Біо-психосоціальні детермінанти психічного здоров'я».
2. Загальні уявлення про здоров'я. Детермінанти здоров'я
3. Психічне здоров'я як специфічна сфера здоров'я. Одновимірна модель
4. Психічне здоров'я - двовимірна модель
5. Детермінанти психічного здоров'я особи (біо-психосоціальна модель)
6. Психічне здоров'я як детермінанта (загальне здоров'я, демографія, продуктивність, ефективність, утворення і так далі)
7. Складові психічного здоров'я (гедоністичний і ейдемонічний компонент)
8. Популяційний розподіл психічного здоров'я
9. Основні найбільш поширені порушення психічного здоров'я (загальна характеристика, епідеміологія)
10. Соціальні чинники психічного здоров'я - роль соціальної нерівності
11. Психічне здоров'я в періоди соціальних змін
12. Психопрофілактика і психогігієна
13. Дайте аналіз відомих підходів до визначення здоров'я.
14. Розкрийте поняття «здоров'я» як системне.
15. Покажіть взаємозв'язок рівнів розгляду здоров'я і хвороби.
16. Назвіть критерії психічного и соціального здоров'я и дайте їх змістовну характеристику.
17. Психологічні засади здорового стилю життя
18. Життєвий шлях людини і психічне здоров'я
19. Старіння і проблеми психічного здоров'я у віковому аспекті
20. Психічне здоров'я чоловіків і жінок
21. Програмування психічного здоров'я ранніми етапами розвитку
22. Батьківське програмування психічного здоров'я
23. Ранні етапи розвитку, стрес і психічне здоров'я

13. Розподіл балів, які отримують студенти

| Поточний контроль | | | | Модульний контроль | Сума балів |
|---------------------|----|----------------------|----|--------------------|------------|
| Змістовий модуль №1 | | Змістовий модуль № 2 | | | |
| T1 | T2 | T1 | T2 | 60 | 100 |
| 10 | 10 | 10 | 10 | | |

Шкала оцінювання: національна та ECTS

| Сума балів за всі види навчальної діяльності | Оцінка ECTS | Оцінка за національною шкалою | |
|----------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------|------------|
| | | для екзамену, курсового проекту (роботи), практики | для заліку |
| 90 – 100 | A | відмінно | зараховано |
| 85-89 | B | добре | |
| 75-84 | C | | |

| | | | |
|-------|-----------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 70-74 | D | задовільно | |
| 60-69 | E | | |
| 35-59 | FX | незадовільно з можливістю повторного складання | не зараховано з можливістю повторного складання |
| 0-34 | F | незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни | не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни |

13. Методичне забезпечення

- 1) опорні конспекти лекцій;
- 2) рекомендовані підручники і навчальні посібники;
- 3) робоча навчальна програма;
- 4) тестові завдання для тематичного (модульного) оцінювання навчальних і практичних досягнень студентів;
- 5) методичні матеріали

14. Рекомендована література

Основна

1. Абрамова Г. С., Юдчиц Ю. А. Психология в медицине: [учеб. пособие] / Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц. – М. : ЛПА «КафедраМ», 1998. – 272 с.
2. Александер Ф. Психосоматическая медицина: Принципы и практ. применение / Ф. Александер; пер. с англ. С. Могилевского. – М. : ЭКСМО-пресс, 2002. – 350, [1] с. - Библиогр.: с. 333-349.
3. Ананьев В.А. Психология здоровья. Книга I. 384 с, Изд. Речь СПб, 2006 г.
4. Концептуальные основы психологии здоровья / В. А. Ананьев. – СПб. : Речь, 2006. – 384 с.
5. Бурлачук Л. Ф., Кочарян А. С., Жидко М. Е. Психотерапия: [учебник] / Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян, М. Е. Жидко. – 2 изд. – СПб. : Питер, 2006.– 370 с.
6. Васильев В.Н. Здоровье и стресс. - М.: Знание, 1991. - 160с.
7. Водопьянова Н. Е., Ходырева Н. В. Психология здоровья / Н.Е.Водопьянова, Н.В. Ходырева // Вестник ЛГУ: Сер. 6. – 1991. – Вып. 4. – С. 20 – 32.
8. Галецька І.І. Методологічні проблеми вивчення психологічного здоров'я / І. І. Галецька // Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костка АПН України. – К. : Главник, 2005. – Вип. 26, Т.І. – С. 320 –324.
9. Гарбузов В. И, Человек, жизнь, здоровье. (Древние и новые каноны медицины). - СПб., 1995.
10. Катков А.Л. Полюс психического здоровья – проблемы идентификации / А. Л. Катков // Психическое здоровье. – 2006. – № 12. – С. 46 – 51.
11. Кочарян Г.С. "Выгодные" болезни и негативные терапевтические реакции в клинике сексуальных расстройств / Г.С. Кочарян // Здоровье мужчины. – 2005. – № 1. – С. 145 – 152.
12. Лищук В.А., Мосткова Е.В. Девять ступеней к здоровью.Основные рекомендации для приумножения личного здоровья / В.А. Лищук, Е.В Мосткова. – М. : Бином : Вост. кн. компания, 1997. – 319 с.
13. Лушин П.В., Каськова Н.Ф. Интегральная характеристика понятия психическое здоровье / П.В. Лушин, Н.Ф. Каськова // Социальные аспекты псих. здоровья детей и подростков: Матер.междунар. Конгресса. Одесса, 19-22 сентября 1994 г.; АПН Украины; Южноукраинский педагогический ун-т им. К.Д.Ушинского [Ред. А.Я. Чебыкин]. — О., 1994. — С. 15.

14. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. К 75 Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с
15. Маслоу А. По направлению к психологии бытия: Религии, ценности и пик-переживания / А. Маслоу; пер. с англ. Е. Рачковой. – М. : Эксмо-Пресс, 2002. – 270,[1] с.
16. Мельник Ю.Б. Формування культури здоров'я учнів як важлива складова роботи практичного психолога / Ю. Б. Мельник // Практична психологія і соціальна робота. – 2003. – № 2-3. – С. 126 – 132.
17. Показники здоров'я населення та використання ресурсів охорони здоров'я у Україні: Довідник МОЗ України. – Київ, 2006. – С. 64.
18. Психологія здоров'я: [учеб. для студентів вузів, навчаючихся по напрямленню і спеціальностям психології] / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб., М. (и др.) : Питер, 2003. – 606 с.
19. Пустовойт М.М. Психосоматична перспектива в медицині / М.М. Пустовойт // Медицинская психология. – 2006. – Т. 1, № 4. – С. 13 – 15.
20. Розанов В.А. Основы биологии и генетики человека. – Одесса: ВМВ, 2012. – 444 с.
21. Роль и место медицинской психологии в системе медицинской помощи населению / В.В. Кришталь, Б.В. Михайлов, Н.О. Марута, Л.Ф. Шестопалова // Медицинская психология. – 2006. – Т.1, № 1. – С. 3 – 6.
22. Толстограєва О.Ю., Лукашенко М.В. Актуальні питання психічного здоров'я молоді в умовах сьогодення / О.Ю. Толстограєва, М.В. Лукашенко // Практична психологія і соціальна робота. – 2007. – № 8. – С. 1 – 3.

Додаткова

1. Бовина И.Б. Представление о здоровье и болезни в молодежной среде / И.Б. Бовина // Вопросы психологии. – 2005. – № 3. – С. 90 – 97.
2. Богучарова О. І. Внутрішня картина здоров'я як умова формування особистості (спроба проблематизації) / О. І. Богучарова // 368 Зб. наук. пр. Ін-ту психол. ім. Г. С. Костюка АПН України.– Т. IV.– Ч. 1.– 2002.– С. 11–20.
3. Болтівець С. І. Теоретико-методичні засади педагогічної психогієни: Дис... д-ра психол. наук: 19.00.07 / С.І. Болтівець; Інститут психології ім. Г.С. Костюка. – К., 2004. – 446 арк. : рис. - Бібліогр.: арк. 429-446.
4. Внутрішня картина здоров'я дітей і підлітків як психологічний феномен / Г.В.Кукуруза, О.Е.Беляєва, О.О.Кирилова, С.М.Циліорик // Наукові записки Ін-ту психології АПН України. – 2007. – Вип. 32. – С. 148 – 157.
5. Двіжона О. В. Вплив чинників на порушення психічного здоров'я дітей із дискантних сімей / О. В. Двіжона // Психологічні перспективи. – Вип. 13. – Луцьк : РВВ —Вежа Волин. нац. ун-ту імені Лесі Українки, 2009. – С. 107 – 114.
6. Корнієнко О. В. Безпека життєдіяльності та підтримання психосоматичного здоров'я молоді: [монографія] / О. В.Корнієнко. – К. : Київський університет, 2004. – 264 с.
7. Корхов И. В. Гендерные аспекты здоровья // Народонаселение. — 2000. —№ 2. - С. 70-79.
8. Максименко С. Д., Шевченко Н. Ф. Психологічна допомога важким соматично хворим: [навч. посіб.] / С. Д. Максименко, Н. Ф. Шевченко. – К. : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України; Ніжин : Міланік, 2007. – 115 с.
9. Цуканов Б.И. Время в психике человека: Монография. – Одесса: Астропринт, 2000. – 220 с.

15. Електронні інформаційні ресурси

1.<https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-zdorovie-kak-znachimyy-resurs-informatsionno-psihologicheskoy-bezopasnosti-lichnosti>
2. <https://science-medicine.ru/ru/article/view?id=955>