

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА

Кафедра диференціальної і спеціальної психології

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор з науково-педагогічної роботи

Майя НІКОЛАЄВА

2022 р.



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Біо-психосоціальні детермінанти психічного здоров'я**

Рівень вищої освіти третій (доктор філософії)  
Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»  
Спеціальність 053 Психологія  
Освітньо-професійна програм: «Психологія»

Робоча програма навчальної дисципліни «Біо-психосоціальні детермінанти психічного здоров'я». – Одеса: ОНУ, 2022. – 11 с.

Розробник: Маргарита КРЕМЕНЧУЦЬКА, к. психол.н., доцент кафедри диференціальної і спеціальної психології

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри диференціальної і спеціальної психології

Протокол № 1 від. "31" 08 2022 р.

Завідувач кафедри Н. Родина (Наталія РОДИНА)

Погоджено із гарантом ОПП «Психологія»

Оксана Кононенко (Оксана КОНОНЕНКО)

Схвалено навчально-методичною комісією (НМК)

Факультету психології та соціальної роботи

Протокол № 1 від. "31" 08 2022 р.

Голова НМК М. Кременчук (Маргарита КРЕМЕНЧУЦЬКА)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри \_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_\_ від. " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри \_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_\_ від. " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
Загальна кількість: кредитів – 3  годин – 90  змістових модулів – 2	Галузь знань <u>05 Соціальні та поведінкові науки</u>  Спеціальність <u>053 Психологія</u>  Рівень вищої освіти: <u>третій (доктор філософії)</u>	<i>очна форма навчання</i>	<i>заочна форма навчання</i>
		<i>Дисципліна вільного вибору</i>	
		<b><i>Рік підготовки:</i></b>	
		2	
		<b><i>Семестр</i></b>	
		1-й	
		<b><i>Лекції</i></b>	
		12 год.	
		<b><i>Практичні, семінарські</i></b>	
		10 год.	
		<b><i>Лабораторні</i></b>	
		<b><i>Самостійна робота</i></b>	
		68 год.	
		Форма підсумкового контролю: <u>залік</u>	

## **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**:

ПК. Здатність розв'язувати комплексні проблеми в галузі психології, в тому числі професійної та/або дослідницько-інноваційної діяльності, що передбачає глибоке переосмислення наявних та створення нових цілісних психологічних знань та/або професійної практики

ЗК 4. Знання предметної області та розуміння професійної діяльності за спеціальністю.

СК 7. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

Програмні результати навчання (ПРН):

ПРН 1. Володіння концептуальними та методологічними знаннями в галузі психології, бути здатним застосовувати їх до професійної діяльності на межі предметних галузей.

ПРН 2. Знання та розуміння основних психологічних концепцій, парадигм, теоретичних та практичних проблем, історії розвитку та сучасного стану наукових психологічних знань.

ПРН 7. Використовувати сучасні методи пізнання, аналізувати сучасну наукову картину світу, відрізнити наукове знання від поза наукового, визначати фактори, що впливають на розвиток науки.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен **знати**:

біо-психо-соціальні фактори позитивного психічного здоров'я;

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

**вміти**:

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;

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

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

## **3. Програма 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 змістових модулів і тем	Кількість годин									
	Очна форма					Заочна форма				
	Усього	у тому числі				Усього	у тому числі			
		л	п/с	лаб	ср		л	п/с	лаб	ср
1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	12
<b>Змістовий модуль 1. Загальні уявлення про психічне здоров'я та його детермінанти</b>										
<b>Тема 1.</b> Уявлення про історичну сутність, зміст, закономірності та етапи формування уявлень про психічне здоров'я.	20	2	2		16					
<b>Тема 2 .</b> Детермінанти та фактори психічного здоров'я, зокрема біологічні, психологічні та соціальні.	20	2	2		16					
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	40	4	4		32					
<b>Змістовий модуль 2. Найбільш поширені порушення психічного здоров'я та їх клінічна характеристика.</b>										
<b>Тема 3.</b> Генезис негативного та позитивного компоненту психічного здоров'я.	25	4	2		19					
<b>Тема 4 .</b> Симптоматика та динаміка формування найбільш поширених проблем психічного здоров'я.	25	4	4		17					
<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	50	8	6		36					
<b>Разом</b>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>10</b>		<b>68</b>					

## 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Уявлення про гедоністичний та ейдемонічний компоненти психічного здоров'я та його культурну обумовленість	2
2	Дефініції психічного здоров'я	2
3	Роль особистості психолога у підтримці психічного здоров'я на індивідуальному рівні;	2
4	Моделі взаємодії факторів психічного здоров'я	2
5	Навички аналізу соціальних детермінант психічного здоров'я з позицій соціальної нерівності	2
6	Сучасні інструменти для виявлення та аналізу перебігу найбільш поширених порушень психічного здоров'я	2
7	Специфічні та поширені опитувальники на депресію, тривогу, алкогольну аддукцію та ін.	2

## 6. Теми практичних занять

Практичні заняття не передбачені.

## 7. Теми лабораторних занять

Лабораторні заняття не передбачені.

## 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми/ види завдань	Кількість годин
1.	Риси психічного здоров'я з урахуванням культурного контексту (реферат)	4
2.	Біо-психосоціальні фактори позитивного психічного здоров'я (презентація-доповідь)	4
3.	Застосування міжнародних баз даних у вивченні психо-соціальних детермінант психічного здоров'я (реферат)	4
4.	Диференціальна оцінка факторів психічного здоров'я (практичне завдання)	4
5.	Застосування соціальних факторів при аналізі психічного здоров'я (реферат)	4
6.	Основні рівні (мега-, мезо- та мікро-) впливу соціальних факторів на психічне здоров'я (презентація-доповідь)	6
7.	Оцінювання психічного здоров'я з допомогою міжнародно-визнаних інструментів (практичне завдання)	6
8.	Ієрархічні рівні соціальних факторів та їх роль у формуванні психічного здоров'я (реферат)	6
9.	Співвідношення соціальних факторів з біологічним підґрунтям психічного здоров'я (презентація-доповідь)	6
10.	Риси особистості, які привертають певні порушення психічного здоров'я (реферат)	6
11.	Сучасні уявлення про симптоматику та динаміку формування найбільш поширених проблем психічного здоров'я (презентація-доповідь)	6
12.	Співвідношення між найбільш поширеними проблемами психічного здоров'я (практичне завдання)	6

13.	Гендерні та вікові особливості найбільш поширених порушень психічного здоров'я з урахуванням біо-психо-соціального підходу (презентація-доповідь)	6
	<b>Разом</b>	<b>68</b>

## 9. Методи навчання

У процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються наступні методи навчання:

- словесні методи: лекція, пояснення, дискусія;
- наочні методи: презентація, ілюстрація, демонстрація;
- методи формування практичних умінь і особистісних якостей: виконання практичних завдань, дискусії, обговорення, підготовка і здійснення виступів перед аудиторією.

Самостійна робота включає роботу з навчально-методичною літературою та виконання практичних завдань: складання реферату, підготовку презентацій, практичне завдання.

## 10. Форми контролю і методи оцінювання (у т.ч. критерії оцінювання результатів навчання)

При вивченні навчальної дисципліни здійснюється поточний та підсумковий контроль.

Поточний контроль проводиться з метою визначення рівня підготовленості студента з певних тем, розділів робочої навчальної програми, якості виконання конкретних завдань та здійснюється впродовж семестру під час проведення аудиторних занять (лекції, практичні заняття) та при виконанні самостійної роботи.

Об'єктом поточного оцінювання є:

- програмний матеріал, який викладається на лекціях;
- питання і проблеми, що обговорюються та відпрацьовуються на практичних заняттях;
- програмний матеріал для самостійного вивчення, який передбачений робочою програмою та включає індивідуальні завдання: реферати, презентації та практичні завдання.

Форма підсумкового контролю – залік. Залік виставляється за результатами роботи здобувача впродовж усього семестру. Підсумкова оцінка визначається як проста сума балів за результатами поточного контролю за 100-бальною шкалою.

Здобувач одержує підсумкову оцінку за залікову навчальну дисципліну, якщо за результатами поточного контролю він набрав 60 і більше балів.

Якщо за результатами поточного контролю здобувач набрав менше 60 балів, він повинен виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів одержати відповідну кількість залікових балів із дисципліни.

Якщо за результатами поточного контролю здобувач набрав 60 і більше балів, проте хоче поліпшити свій підсумковий результат, він також може виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів підвищити свою підсумкову оцінку з дисципліни.

### *Критерії оцінювання під час аудиторних занять*

Оцінка	Критерії оцінювання навчальних досягнень
<b>Відмінно (20 балів за тему 1,2; 25 балів за тему 3,4)</b>	Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, вільно послуговується науковою термінологією,

	<p>наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки, залучає до підготовки як основну, так і додаткову літературу (монографії, періодичні видання, першоджерела, тощо). Ї</p> <p>Може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання практичного завдання й оцінити результати власної практичної діяльності; вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу;</p>
<b>Добре (20 балів за тему)</b>	<p>Оцінюється робота студента, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, послуговується науковою термінологією, залучає основну і додаткову літературу.</p> <p>За зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдання Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.</p> <p>Може використовувати знання для стандартних практичних ситуацій, має елементарні, нестійкі навички виконання завдання</p>
<b>Задовільно (18 балів за тему)</b>	<p>Оцінюється робота студента, який відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, допускає істотні неточності та помилки.</p>
<b>Незадовільно з можливістю відпрацювання (12 балів за тему)</b>	<p>Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни.</p> <p>Планує та виконує частину практичних завдань, відсутні сформовані уміння та навички.</p>

### *Критерії оцінювання самостійної роботи*

<b>Вид</b>	<b>Максим к-сть балів</b>	<b>Критерії оцінювання навчальних досягнень</b>
Презентація	3	здатність студента презентувати доповідь відповідно змісту навчального матеріалу та супроводити її оригінальним візуальним представленням.
Реферат	3	здатність здійснювати узагальнення на основі опрацювання теоретичного матеріалу та відсутність помилок при оформленні цитування й посилань на джерела; продемонструвати дотримання лексичних, фразеологічних, граматичних і стилістичних норм української літературної мови.
Практичне завдання	4	Самостійність та змістовність виконання практичного завдання. Його відповідність поставленим цілям.

## **11. Питання для підсумкового контролю**

1. Батьківське програмування психічного здоров'я
2. Використання міжнародно- визнаних джерел епідеміологічної інформації стосовно психічного здоров'я
3. Гендерні та вікові особливості найбільш поширених порушень психічного здоров'я з урахуванням біо-психо-соціального підходу



4. Дайте аналіз відомих підходів до визначення здоров'я.
5. Детермінанти психічного здоров'я особи (біо-психосоціальна модель)
6. Життєвий шлях людини і психічне здоров'я
7. Загальні уявлення про здоров'я. Детермінанти здоров'я
8. Ієрархічні рівні соціальних факторів та їх роль у формуванні психічного здоров'я
9. Назвіть критерії психічного і соціального здоров'я і дайте їх змістовну характеристику.
10. Наукові та соціальні передумови виокремлення дисципліни «Біо-психосоціальні детермінанти психічного здоров'я».
11. Основні найбільш поширені порушення психічного здоров'я (загальна характеристика, епідеміологія)
12. Покажіть взаємозв'язок рівнів розгляду здоров'я і хвороби.
13. Популяційний розподіл психічного здоров'я
14. Програмування психічного здоров'я ранніми етапами розвитку
15. Психічне здоров'я - двовимірна модель
16. Психічне здоров'я в періоди соціальних змін
17. Психічне здоров'я чоловіків і жінок
18. Психічне здоров'я як детермінанта (загальне здоров'я, демографія, продуктивність, ефективність, утворення і так далі)
19. Психічне здоров'я як специфічна сфера здоров'я. Одновимірна модель
20. Психологічні засади здорового стилю життя
21. Психопрофілактика і психогігієна
22. Ранні етапи розвитку, стрес і психічне здоров'я
23. Риси особистості, які привертають певні порушення психічного здоров'я
24. Розкрийте поняття «здоров'я» як системне.
25. Складові психічного здоров'я (гедоністичний і ейдемонічний компонент)
26. Соціальні чинники психічного здоров'я - роль соціальної нерівності
27. Співвідношення соціальних факторів з біологічним підґрунтям психічного здоров'я
28. Співвідношення між найбільш поширеними проблемами психічного здоров'я
29. Старіння і проблеми психічного здоров'я у віковому аспекті
30. Сучасні уявлення про симптоматику та динаміку формування найбільш поширених проблем психічного здоров'я

### 12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточний та періодичний контроль					Сума балів
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль № 2		Індивідуальне самостійне завдання	
T1	T2	T4	T5	10	100
20	20	25	25		
40		50			

T1, T2, T3, T4 – теми змістових модулів

### 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	Дуже добре	
75-84	C	Добре	
70-74	D	Задовільно	
60-69	E	Допустимо	

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

## 5. Навчально методичне забезпечення

Робоча програма навчальної дисципліни;

Силабус;

Мультимедійні презентації.

## 6. Рекомендована література

### Основна

1. Галецька І.І. Методологічні проблеми вивчення психологічного здоров'я / І. І. Галецька // Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К. : Главник, 2005. – Вип. 26, Т.І. – С. 320–324.
2. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежа| Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с.
3. Оптимістичне відношення до життя як активуючий ресурс особистості (ортобіотичний підхід)/ Дослідження психології ортобіозу людини : монографія / за заг. наук ред проф Н.В. Родіни. Київ : Видавництво Ліра-К, 2021. 36-57.
4. Показники здоров'я населення та використання ресурсів охорони здоров'я у Україні: Довідник МОЗ України. – Київ, 2006. – С. 64.
5. Психологическое благополучие личности и психосоциальной стресс: кол. мон. под ред. проф. Розанова В.А.. – Одесса : Феникс, 2017. – 298 с.
6. Розанов В.А. Основы биологии и генетики человека. – Одесса: ВМВ, 2012. – 444 с.
7. 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.
8. 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.
9. Корнієнко О. В. Безпека життєдіяльності та підтримання психосоматичного здоров'я молоді: [монографія] / О. В.Корнієнко. – К. : Київський університет, 2004. – 264 с.
10. Цуканов Б.И. Время в психике человека: Монография. – Одесса: Астропринт, 2000. – 220 с.

### Додаткова

1. 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.
2. Кременчуцька М.К. Рівень соціального інтелекту як прогностична компонента професійної успішності студентів//Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. сер. Психологія. Том 21. Випуск 1 (39). 2016, С. 98-107.
3. Кременчуцька М. К., Білова М.Е., Коваль Г. Ш. Психологічна проникливість як складова професійної компетентності майбутніх психологів// Габітус. №16. 2020. С. 71-75.
4. Внутрішня картина здоров'я дітей і підлітків як психологічний феномен / Г.В.Кукуруза, О.Е.Беляєва, О.О.Кирилова, С.М.Цилюрик // Наукові записки Ін-ту психології АПН України. – 2007. – Вип. 32. – С. 148 – 157.
5. 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.

6. Пустовойт М.М. Психосоматична перспектива в медицині / М.М. Пустовойт // Медицинская психология. — 2006. — Т. 1, № 4. — С. 13 – 15.

7. 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.

## 7. Інформаційні ресурси

1. «Актуальні проблеми психології». Наукові праці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. URL: <http://appsychology.org.ua/index.php/ua/dlia-avtoriv>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
3. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури. URL: <http://psylib.kiev.ua/>
4. American Psychologist. Journal of American Psychological Association. URL: <https://www.apa.org/pubs/journals/amp/>
5. The Journal of Social Psychology. URL: <https://www.tandfonline.com/toc/vsoc20/current>
6. Social Psychologe/ Journal of British Psychological Society. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/journal/20448309>
7. Journal of Personality and Social Psychology. Journal of American Psychological Association. URL: <https://www.apa.org/pubs/journals/psp/>
8. Science: (AAAS). URL: <http://www.sciencemag.org>
9. Taylor & Francis. URL: <http://www.informaworld.com>
10. ScienceDirect. URL: [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)
11. Маргарита Кременчуцька. Наукові публікації URL: <https://cutt.ly/GNhaaDS>