

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное автономное**  
**образовательное учреждение высшего образования**  
**«Национальный исследовательский**  
**Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского»**

**УТВЕРЖДЕНО**  
решением Учёного совета ННГУ  
протокол от «30» ноября 2022 г.  
№ 13

**Рабочая программа дисциплины**  
**Психологическое здоровье субъектов педагогического процесса**

Уровень высшего образования  
**Подготовка научных и научно-педагогических кадров**

Программа аспирантуры  
**Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред**

Научная специальность  
**5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред**

Форма обучения  
**Очная**

Нижний Новгород  
2023 год

### Место и цель дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психологическое здоровье субъектов педагогического процесса» относится к числу *элективных* дисциплин образовательного компонента программы аспирантуры и изучается на 2 году обучения в 1 семестре.

**Цель дисциплины** — расширение представлений о психологическом здоровье субъектов образовательного процесса и выработка у обучаемых способности осуществлять научный подход к определению основных составляющих здоровья личности в условиях профессиональной деятельности.

### Планируемые результаты обучения по дисциплине

Выпускник, освоивший программу, должен

#### Знать:

-теоретические основы психологического здоровья.

#### Уметь:

-охарактеризовать критерии психического и духовного здоровья личности.

#### Владеть:

- методами изучения психологического здоровья субъектов образовательного процесса.

### 3. Структура и содержание дисциплины.

Объем дисциплины (модуля) составляет 1... з.е., всего - 36... часа, из которых ... часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (занятия лекционного типа -18 ...часов, семинарского типа, мастер-классы и т.п. - ...часов), 18... часов составляет самостоятельная работа обучающегося.

**Таблица 2**

**Структура дисциплины**

Наименование раздела дисциплины	Всего, часов	В том числе					Самостоятельная работа обучающегося, часов
		Контактная работа, часов					
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Занятия лабораторного типа	Консультации	Всего	
Тема 1.: Введение в психологию здоровья		4	4				
Тема 2 Подходы к пониманию здоровья.		2	2				1
Тема 3. Психология здоровья субъектов образовательного процесса.		4	4				1
Тема 4. Взаимосвязь психического здоровья личности и субъективной оценки качества жизни		2	4				1
Тема 5.: Психология профессионального здоровья.		2	4				1

	1 час						
<b>Итого</b>		<b>14</b>	<b>18</b>			<b>36</b>	<b>4</b>

**Таблица 3**

**Содержание дисциплины**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела дисциплины</b>	<b>Содержание раздела</b>	<b>Форма проведения занятия</b>	<b>Форма текущего контроля*</b>
	Тема 1.: Введение в психологию здоровья	Основные составляющие здоровья личности. Критерии духовного здоровья личности. Факторы, способствующие повышению уровня здоровья личности. Факторы, способствующие нарушению психологического здоровья человека. Усложнение образования, социальная нестабильность, материальные и бытовые проблемы, сложность семейных отношений, конфликты на производстве и в семье, одиночество. Понятие “нормы” психологического здоровья. Отсутствие четкой грани между нормой и различного рода “несоответствиями норме”. Принципы и приёмы психического оздоровления личности.	Лекция Практическое	
	Тема 2 Подходы к пониманию здоровья.	Понятие и особенности психологического здоровья в отечественных и зарубежных психологических исследованиях. Психическое и психологическое здоровье. Экзистенциальное отношение к личности в современной психотерапии. Гуманистическая модель здоровой личности. Идеи Э.Эриксона и Э. Фрома. Представление о здоровой личности в теории Г. Олпорта. Теория К.Р. Роджерса. Подход А. Маслоу. Трансперсональные изменения здоровья.	Лекция Практическое	
	Тема 3. Психология здоровья субъектов образовательного процесса.	Факторы, способствующие повышению уровня психического здоровья личности на разных этапах онтогенеза. Области стресса в повседневной жизни. Принципы и приемы психического оздоровления личности.  Сравнительный анализ	Лекция Практическое	

		психологического здоровья детей дошкольного ,младшего и старшего школьного возраста.		
2.	Тема 4. Взаимосвязь психического здоровья личности и субъективной оценки качества жизни.	Изучение подходов к пониманию психического здоровья личности. Сущность и виды психогенных психических расстройств. Выявление взаимосвязи между уровнем психического здоровья личности ( дошкольников,школьников,студентов и работающих лиц) и их оценкой качества собственной жизни.	Лекция Практическое	
	Тема 5.: Психология профессионального здоровья.	Психологическое обеспечение профессионального здоровья. Стресс в профессиональной деятельности. Факторы профессиональной работоспособности. Профессиональная реабилитация.	Лекция Практическое	

#### **4. Формы организации и контроля самостоятельной работы обучающихся**

В процессе преподавания дисциплины «Психологическое здоровье субъектов педагогического процесса » аудиторная работа проходит в форме лекционных и практических занятий. В ходе обучения применяются традиционные и современные методы преподавания и образовательные технологии. Из традиционных методов преподавания используются вводные и обобщающие лекции. Из активных и интерактивных методов преподавания используются проблемные и интерактивные лекции, методы обсуждения индивидуальных случаев и ситуаций, различных точек зрения на проблему, дискуссии по спорным вопросам.

#### **5. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине**

##### **5.1. Критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.**

При выполнении всех работ учитываются следующие **основные критерии**:

- уровень теоретических знаний (подразумевается не только формальное воспроизведение информации, но и понимание предмета, которое подтверждается правильными ответами на дополнительные, уточняющие вопросы, заданные членами комиссии);
- умение использовать теоретические знания при анализе конкретных проблем, ситуаций;
- качество изложения материала, то есть обоснованность, четкость, логичность ответа, а также его полнота (то есть содержательность, не исключающая сжатости);
- способность устанавливать внутри- и межпредметные связи,
- оригинальность мышления, знакомство с дополнительной литературой и другие факторы.

**Описание шкалы оценивания на промежуточной аттестации в форме зачета**

<b>Оценка</b>	<b>Уровень подготовленности, характеризующий оценкой</b>
<i>Зачтено</i>	владение программным материалом, понимание сущности рассматриваемых процессов и явлений, умение самостоятельно обозначить проблемные ситуации в организации научных исследований, способность критически анализировать и сравнивать существующие подходы и методы к оценке результативности научной деятельности, свободное владение источниками, умение четко и ясно излагать результаты собственной работы, следовать нормам, принятым в научных дискуссиях.
<i>Не зачтено</i>	непонимание смысла ключевых проблем, недостаточное владение науковедческой терминологией, неумение самостоятельно обозначить проблемные ситуации, неспособность анализировать и сравнивать существующие концепции, подходы и методы, неумение ясно излагать результаты собственной работы, следовать нормам, принятым в научных дискуссиях.

**5.2. Примеры типовых контрольных заданий или иных материалов, используемых для оценивания результатов обучения по дисциплине**

**Контрольные вопросы к зачету.**

- 1 Пути становления психологии здоровья в России и за рубежом.
- 2 Психология здоровья как междисциплинарная область знаний. Взаимосвязь психологии здоровья с другими смежными науками (медицина, валеология, психогигиена и др.).
- 3 Образ жизни и его составляющие: уровень, качество и стиль жизни.
- 4 Факторы, оказывающие влияние на отношение к здоровью.
- 5 Психическая саморегуляция и здоровье.
- 6 Сопоставление психологии здоровья, психогигиены и психопрофилактики.
- 7 Определение психологии здоровья. Ее цели и задачи.
- 8 Направление научных исследований в области психологии здоровья.
- 9 Объект и предмет психологии здоровья.
- 10 Базовые определения здоровья.
- 11 Мотивация к сохранению, укреплению и развитию здоровья.
- 12 Стержневые характеристики эмоционального благополучия.
- 13 Внутренняя картина здоровья: базовые категории и способы формирования.
- 14 Мифическая природа нарушений здоровья.
- 15 Социальные факторы риска в развитии психосоматических
- 16 Психологические концепции развития психосоматических расстройств.
- 17 Динамика отступления человека к болезни и затем к смерти.
- 18 Формы работы в области психологии здоровья.
- 19 Подходы к определению психической нормы и патологии.
- 20 Критерии психического здоровья.
- 21 Перечень качеств зрелой личности.
- 22 «Болезни адаптации» в детско-подростковой среде.
- 23 Психическое здоровье студентов. Факторы, влияющие на психическое здоровье
- 24 Понятие «профессиональное здоровье».
- 25 Синдром эмоционального выгорания.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.**

### **а) Основная литература**

1. Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л. А. Байкова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10465-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. —

URL: <https://urait.ru/bcode/495073> .

2. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 381 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11949-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452565> ).

### **б) Дополнительная литература**

1. Секач М.Ф. Психология здоровья: учебное пособие / Секач М.Ф.— М.: Академический Проект, 2015. 192—с. — Электрон. текстовые данные.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36750> - ЭБС «IPRbooks

2. Фролова Ю.Г. Психология здоровья: учебное пособие / Фролова Ю.Г.— М.: Высшая школа, 2014 256—с. Электрон. текстовые данные.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35533> - ЭБС «IPRbooks»

3. Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества / Российская академия наук, Институт психологии ; отв. ред. А.Л. Журавлев, В.И. Воловикова и др. - Москва : Институт психологии РАН, 2014 - 320 с. - (Труды Института психологии РАН). - ISBN 978-5-9270-0294-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271663> (18.09.2018).

### **в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

#### **Программное обеспечение**

Для работы с текстами – Microsoft Word,

для подготовки презентаций – Microsoft PowerPoint (Дог. № 62459079).

#### **Интернет-ресурсы**

1. <http://www.studentlibrary.ru> - электронно-библиотечная система "Консультант студента"
2. <http://e.lanbook.com/> - электронно-библиотечная система "Лань"
3. <http://biblio-online.ru> - электронно-библиотечная система "Юрайт"
4. [www.znanium.com](http://www.znanium.com) - электронно-библиотечная система "Znanium "
5. <http://psyjournals.ru/> - Портал психологических изданий. Издатель: Московский государственный психолого-педагогический университет.
6. <http://www.psystudy.com/> - Официальный сайт мультидисциплинарного научного психологического интернет-журнала "Психологические исследования".
7. <http://www.psy-gazeta.ru/> - «Психологическая газета» — профессиональное периодическое интернет-издание для психологов.
8. <http://www.voppsy.ru/frame25.htm> - «Вопросы психологии». Полнотекстовая электронная библиотека журнала за 20 лет (1980–1999)
9. <https://cyberleninka.ru/> - Научная открытая электронная библиотека
10. <http://diss.rsl.ru/> - Электронная библиотека диссертаций РГБ. Текстовые доступы к авторефератам и диссертациям.
11. <http://elibrary.ru/> - научная электронная библиотека

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

- помещения для проведения занятий: лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования и помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ННГУ;

- материально-техническое обеспечение, необходимое для реализации дисциплины, включая лабораторное оборудование;

- лицензионное программное обеспечение: *Windows, Microsoft Office*;

- обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечиваются электронными и (или) печатными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

ресурсам.

Рабочая программа учебной дисциплины составлена в соответствии с учебным планом, Положением о подготовке научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре) (Постановление Правительства РФ от 30.11.2021 № 2122), Федеральными государственными требованиями к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре) (Приказ Минобрнауки РФ от 20.10.2021 № 951).

Автор д. психол .н. ,профессор Шутова Н.В. \_\_\_\_\_

Рецензент(ы) \_\_\_\_\_

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 11.11.2022 протокол №3.