

ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я

Тип дисципліни	Вибіркова загальної підготовки
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Мова викладання	Українська
Кількість встановлених кредитів ЄКТС	4,0
Форми навчання, для яких викладається дисципліна	Денна/заочна

Результати навчання. Студент, який успішно завершив вивчення дисципліни, повинен: усвідомлювати психологічні закономірності здоров'я, його роль у системі людських цінностей та у розвитку суспільства; рефлексувати, критично оцінювати, обґрунтовувати власну позицію як суб'єкта самозбереження та демонструвати соціально відповідальну і свідому поведінку; уміло здійснювати ефективні заходи щодо збереження, зміцнення та розвитку здоров'я (власного й оточення), у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій; складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо; презентувати результати власних досліджень ефективних шляхів збереження, зміцнення та розвитку здоров'я, формулювати аргументовані висновки та рекомендації; використовувати культуру та правила харчування, різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Зміст навчальної дисципліни: Загальні засади психології здоров'я. Людина як суб'єкт самозбереження або самознищення. Соціально відповідальна та свідомо поведінка особистості як чинники здоров'я. Еталони здоров'я та здорової особистості. Психодіагностика стану здоров'я особистості. Вплив харчування на життєдіяльність особистості. Психічна стійкість особистості. Психогігієна емоційної сфери та психологічний захист особистості. Сексуальне здоров'я та шляхи його збереження. Соціальне здоров'я особистості. Професійне здоров'я особистості. Здоровий спосіб життя як важлива умова збереження здоров'я.

Запланована навчальна діяльність: аудиторна – не менше 1/3 загального обсягу годин дисциплін.

Форми (методи) навчання: лекції (з використанням методів проблемного навчання і візуалізації); практичні заняття (з використанням тренінгів, майстер-класів, практикумів), самостійна робота (індивідуальні завдання).

Форми оцінювання результатів навчання: усне опитування, тестування, самостійна робота, письмова робота.

Вид семестрового контролю: залік.

Навчальні ресурси:

1. 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.
2. Потапчук Є. М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців: [монографія]. Хмельницький: Вид-во Національної академії ДПСУ, 2004. 323 с.
3. Прокопенко А.В. Психогігієна : навчальний посібник. Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2014. 230 с.
4. Модульне середовище для навчання. Доступ до ресурсу: <https://msn.khnu.km.ua>
5. Електронна бібліотека університету. Доступ до ресурсу: http://lib.khnu.km.ua/asp/php_f/plage_lib.php.

Викладачі: доктор психологічних наук, професор Потапчук Є.М., старший викладач Янцаловський О.Й.