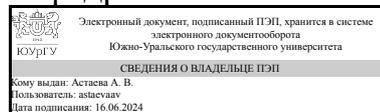


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



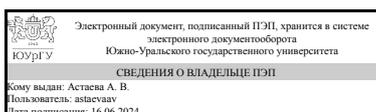
А. В. Астаева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.С0.17.01 Психопрофилактика и психогигиена
для специальности 37.05.01 Клиническая психология
уровень Специалитет
специализация Клинико-психологическая помощь ребенку и семье
форма обучения очная
кафедра-разработчик Клиническая психология

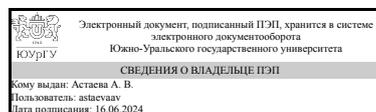
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.05.01 Клиническая психология, утверждённым приказом Минобрнауки от 26.05.2020 № 683

Зав.кафедрой разработчика,
к.психол.н., доц.



А. В. Астаева

Разработчик программы,
к.психол.н., доц., заведующий
кафедрой



А. В. Астаева

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины - формирование знаний и компетенций в области сохранения, укреплении нервно-психического состояния человека и предупреждения психических расстройств, освоение навыков ранней диагностики и терапии начальных форм расстройств психики на основе знаний психогигиены и психопрофилактики. Задачи: 1. Формирование общего представления о теоретических основах психопрофилактики и психогигиены. 2. Формирование представлений о способах и методах предупреждения психических перегрузок и профилактике стрессовых состояний, возникающих у человека в конфликтных ситуациях. 3. Обучение навыками разработки программ профилактики психических расстройств, эмоционального и профессионального выгорания.

Краткое содержание дисциплины

Изучение теоретических основ профилактики, психопрофилактики и психогигиены. Профилактика как одна из функций профессиональной деятельности психолога. Виды профилактики. Понятие психопрофилактики и психогигиены. Современные методы психопрофилактики. Психопрофилактика эмоционального и профессионального выгорания.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	Знает: основные понятия психопрофилактики и психогигиены; принципы определения целевых групп; понятия субъекта и объекта профилактики; уровни и виды профилактики Умеет: составлять профилактические программы в связи с современными задачами медицины и психологии Имеет практический опыт: разработки психопрофилактических и психогигиенических мероприятий, подготовки материалов для медико-гигиенического просвещения по основным вопросам здорового образа жизни среди дифференцированных групп населения
ПК-2 Способен применять современные методы и методики психологической помощи в связи с задачами лечебного процесса	Знает: основы законодательства и научно-практические рекомендации по реализации психопрофилактических программ Умеет: разрабатывать наглядно-методический и информационный материал с целью поддержания здорового образа жизни и профилактики нервно-психических расстройств Имеет практический опыт: разработки наглядно-методического материала по профилактике нервно-психических расстройств и расстройств адаптации для дифференцированных групп населения; реализации профилактических мероприятий в социальных сетях и в рамках массовых профилактических акций для широких

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
<p>Введение в специальность, Общая психология, Анатомия и физиология центральной нервной системы</p>	<p>Теории личности в клинической психологии, Эмоциональные и поведенческие нарушения в детском возрасте, Психофизиология, Нейрореабилитация, Клиническая психология, Психология больного и лечебного процесса, Гендерная психология и психология сексуальности, Психология девиантного поведения, Клиническая нейропсихология, Основы психогенетики, Психосоматика, Психотерапия: теория и практика, Коррекционно-развивающее обучение, Психология детско-родительских отношений, Клиника внутренних болезней, Практикум по диагностике личности в клинике, Практикум по психотерапии и консультированию под супервизией, Социальная психология, Методический тренинг, Психология тела и телесно-ориентированная психотерапия, Практикум по задачам профессиональной деятельности под супервизией, Клиническое психологическое консультирование, Судебно-психологическая экспертиза, Основы детской нейропсихологии, Семейная психология, Клиническая психология в геронтологии, Производственная практика (преддипломная) (11 семестр)</p>

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
<p>Введение в специальность</p>	<p>Знает: основные области работы и виды деятельности психолога; основные психологические учения; основные нормативные документы, регламентирующие деятельность психолога, цели и задачи профессии, особенности применения психологических знаний (в системе здравоохранения, в системе образования, в иных организациях); основные</p>

	<p>требования, предъявляемые профессией к личности психолога и к профессиональной деятельности психолога Умеет: самостоятельно вести поиск информации и анализировать научную и библиографическую литературу; правильно оценивать информацию, содержащуюся в публикациях о современных научных достижениях в сфере психологии, образования, здравоохранения, выстраивать личные планы профессионального образования и профессионального роста; анализировать факторы, способствующие и препятствующие в профессии психолога Имеет практический опыт: анализа и систематизации научной информации по современным проблемам психологии, образования, здравоохранения, саморефлексии, способствующими осмыслению целей и задач своей профессиональной подготовки и своего профессионального будущего</p>
<p>Анатомия и физиология центральной нервной системы</p>	<p>Знает: строение и функционирование центральной нервной системы, периферической нервной системы, принципов работы и строения головного и спинного мозга, представлений о его функциональных и структурных взаимосвязях, лежащих в основе физиологического обеспечения психических процессов, фундаментальные биологические основы функционирования центральной нервной системы Умеет: на основе знаний о строении и принципах функционирования ЦНС и методах ее исследования, определять возможную локализацию патологических процессов в ЦНС и выявлять механизмы компенсации нарушенных функций, понимать функционирование центральной нервной системы и органов чувств, строение и функционирование спинного и головного мозга для объяснения механизмов функционирования психики Имеет практический опыт: анализа основных методов и приемов исследования центральной нервной системы, для определения уровня психофизического развития, теоретического анализа литературы по проблеме физиологических механизмов ЦНС</p>
<p>Общая психология</p>	<p>Знает: основные задачи психологии, историю становления и развития психологической науки; методологические подходы в изучении психических процессов и личности в психологической науке, специфику психических процессов, свойств и состояний; особенности развития различных сфер личности; свойства, структуру и типологию личности; номотетическое и идеографическое описание личности, основные задачи общей психологии; системный подход в изучении психических процессов и личности в психологической науке Умеет: анализировать психологические знания в</p>

	<p>различных областях жизни, опираясь на методологические подходы, выделять психологические знания в различных научных и научно-практических областях; анализировать специфические характеристики, отражающие психологические особенности личности; применять стандартизированные методики для психологического анализа уровня психического развития, осуществлять анализ проблемных ситуаций, используя психологические знания в различных областях жизни, опираясь на системный подход Имеет практический опыт: применения методологических аспектов в современных психологических исследованиях, разработки и применения инструментария, методов организации и проведения психологических исследований; применения методов психологического наблюдения и психодиагностики; проведения процедур психологического измерения в исследовательских и прикладных работах по изучению состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения, применения современных психологических подходов в теории и практике с учетом принципов системного подхода</p>
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 36,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		2	
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72	
<i>Аудиторные занятия:</i>	32	32	
Лекции (Л)	16	16	
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16	
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	35,75	35,75	
Подготовка к практическим занятиям и к зачетному мероприятию	35,75	35.75	
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25	
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	

5. Содержание дисциплины

№	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий
---	----------------------------------	--------------------------

раздела		по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Теоретические основы психогигиены и психопрофилактики	10	5	5	0
2	Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования	10	5	5	0
3	Психогигиена профессионального здоровья. Психопрофилактика профессиональных заболеваний	12	6	6	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Понятие профилактики. Профилактика как вид профессиональной деятельности.	3
2	1	Введение в психопрофилактику и психогигиену	2
3	2	Феноменология здоровья человека	3
4	2	Психогигиена труда, семейных отношений, психопрофилактика стресса	2
5	3	Психологические механизмы сохранения профессионального здоровья	3
6	3	Профилактика профессиональных заболеваний	3

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Общие представления о профилактике в психологии	3
2	1	Психопрофилактика и психогигиена как вид деятельности психолога	2
3	2	Феноменология здоровья человека	3
4	2	Психогигиена труда, семейных отношений, психопрофилактика стресса	2
5	3	Психологические механизмы сохранения профессионального здоровья	3
6	3	Профилактика профессиональных заболеваний	3

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к практическим занятиям и к зачетному мероприятию	1. Кокаева, И. Ю. Педагогическая психогигиена : учебное пособие / И. Ю. Кокаева, Н. У. Ярычев. — Грозный : Чеченский государственный университет, 2019. — 166 с. — ISBN 22278397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/107274.html 2. Великанова, Л. П. Основные этапы	2	35,75

	<p>развития и основные направления (разделы) в психиатрии. Психогигиена и психопрофилактика. Понятие здоровья и нормы в психиатрии : учебно-методическое пособие / Л. П. Великанова, Т. В. Кравцова ; под редакцией Л. П. Великановой. — Астрахань : АГМУ, 2022. — 51 с. — ISBN 978-5-4424-0647-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/300011 (дата обращения: 13.06.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.</p> <p>Дополнительная 1. Пахальян, В. Э. Психопрофилактика в практической психологии образования: методология и организация : учебное пособие / В. Э. Пахальян. — 2-е изд. — Саратов : Вузовское образование, 2018. — 233 с. — ISBN 978-5-4487-0265-5. — Текст : электронный // Электроннобиблиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/76803.html</p> <p>2. Гройсман, А. Л. Общая психопрофилактика и психогигиена творческого труда / А. Л. Гройсман, А. Н. Иконникова. — 2-е изд. — Москва : Когито-Центр, 2019. — 160 с. — ISBN 589353-206-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/88334.html</p>		
--	--	--	--

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	2	Текущий контроль	Активность на практических занятиях	1	16	Студент получает баллы за ответы на практических занятиях. Максимальное количество баллов за занятие - 2. Максимальное количество баллов за задание - 16. 2 балла - студент проявил активность на занятии, ответил на поставленные вопросы, на дополнительные вопросы,	зачет

						ориентируется в теме занятия. 1 балл - студент проявил активность на занятии, испытывает трудности при ответе на дополнительные вопросы/ ответ недостаточно полный/ неверный. 0 баллов - студент не проявил активность на занятии, не ответил на вопросы преподавателя.	
2	2	Текущий контроль	Разработка информационного пособия	1	3	Максимальное количество баллов за задание – 3 балла. Оценивается: - использование профессиональной терминологии (1 балл), - содержание пособия (1 балл), - соответствие рекомендаций особенностям профессии (1 балл).	зачет
3	2	Текущий контроль	Терминологический диктант	1	10	Необходимо описать в форме развернутого определения понятия и термины психопрофилактики и психогигиены. Диктант состоит из 10 терминов/понятий. Максимальный балл по заданию текущего контроля составляет 10 баллов. Начисление баллов осуществляется следующим образом: 1 верно описанный термин - 1 балл.	зачет
4	2	Текущий контроль	Разработка программы психологической профилактики	1	3	Максимальное количество баллов за задание – 3 балла. Оценивается: - использование профессиональной терминологии (1 балл), - содержание программы соответствует особенностям рисков в профессии (1 балл), - оформление соответствует требованиям (1 балл).	зачет
5	2	Промежуточная аттестация	Тест	-	20	В рамках промежуточной аттестации студент проходит тестирования из 20 вопросов. Максимальное количество баллов за тест - 20.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	При оценивании результатов мероприятия используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающегося (утверждена приказом ректора от 24.05.2019 № 179). Выполнение заданий промежуточной аттестации не является обязательным. В рамках промежуточной аттестации студент проходит тестирования из 20 вопросов. Максимальное количество баллов за тест - 20.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
УК-1	Знает: основные понятия психопрофилактики и психогигиены; принципы определения целевых групп; понятия субъекта и объекта профилактики; уровни и виды профилактики	+		+		+
УК-1	Умеет: составлять профилактические программы в связи с современными задачами медицины и психологии		+		+	
УК-1	Имеет практический опыт: разработки психопрофилактических и психогигиенических мероприятий, подготовки материалов для медико-гигиенического просвещения по основным вопросам здорового образа жизни среди дифференцированных групп населения		+		+	
ПК-2	Знает: основы законодательства и научно-практические рекомендации по реализации психопрофилактических программ	+				+
ПК-2	Умеет: разрабатывать наглядно-методический и информационный материал с целью поддержания здорового образа жизни и профилактики нервно-психических расстройств		+		+	
ПК-2	Имеет практический опыт: разработки наглядно-методического материала по профилактике нервно-психических расстройств и расстройств адаптации для дифференцированных групп населения; реализации профилактических мероприятий в социальных сетях и в рамках массовых профилактических акций для широких групп населения		+		+	

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Немов Р. С. Психология : учеб. для вузов / Р. С. Немов. - М. : Высшее образование, 2008. - 639 с. : ил.

б) дополнительная литература:

1. Занковский А. Н. Организационная психология : Учеб. пособие для вузов / А. Н. Занковский; Рос. акад. образования, Моск. психол.-соц. ин-т; Моск. психол.-социал. ин-т. - М. : Флинта: МПСИ, 2000. - 647 с. : ил.
2. Лебедев-Любимов А. Н. Психология рекламы : учеб. пособие для вузов по направлению и специальностям психологии / А. Н. Лебедев-Любимов. - 2-е изд.. - СПб. и др. : Питер, 2007. - 384 с. : ил.
3. Рогов Е. И. Психология общения / Е. И. Рогов. - М. : ВЛАДОС, 2007. - 334, [1] с. : ил.
4. Розанова В. А. Психология управления : учеб. пособие / В. А. Розанова. - Изд. 5-е, перераб. и доп.. - М. : Альфа-Пресс, 2009. - 378, [3] с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Гигиена и санитария : науч.-практ. журн. / М-во здравоохран. и соц. развития Рос. Федерации. - М., 2005-. -. URL: <http://www.medlit.ru/journal/289/>

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Замбржицкий, О. Н. Психогигиена и психопрофилактика : учебно-методическое пособие / О. Н. Замбржицкий. – Минск : БГМУ, 2021. – 56 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Замбржицкий, О. Н. Психогигиена и психопрофилактика : учебно-методическое пособие / О. Н. Замбржицкий. – Минск : БГМУ, 2021. – 56 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Гройсман, А. Л. Общая психопрофилактика и психогигиена творческого труда : учебное пособие / А. Л. Гройсман, А. Н. Иконникова. — Москва : Когито-центр, 2006. — 160 с. — ISBN 5-89353-206-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/109159 (дата обращения: 13.06.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Великанова, Л. П. Основные этапы развития и основные направления (разделы) в психиатрии. Психогигиена и психопрофилактика. Понятие здоровья и нормы в психиатрии : учебно-методическое пособие / Л. П. Великанова, Т. В. Кравцова ; под редакцией Л. П. Великановой. — Астрахань : АГМУ, 2022. — 51 с. — ISBN 978-5-4424-0647-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/300011 (дата обращения: 13.06.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Office(бессрочно)
2. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	270 (2)	мультимедийное оборудование
Лекции	270 (2)	мультимедийное оборудование