

**Короткий опис навчальної дисципліни (анотація)
для каталогу вибіркового навчальних дисциплін**

«Психологія здоров'я»

(назва вибіркової навчальної дисципліни)

Спеціальність	223 Медсестринство
Освітній рівень	магістр
Термін вивчення(курс)	2 курс
Форма навчання	очна
Кафедра	психології та філософії

Короткий зміст дисципліни: мета навчальної дисципліни – розвиток компетентності здорового способу життя; здатності аналізу деструктивних факторів, які впливають на психологічне здоров'я особистості; здатності усвідомлення та знаходження смислу у гармонії людини із самою собою та оточуючим світом; оптимізація міжособистісної взаємодії, сприяння кращому розумінню себе та інших, формування й корекція регулятивних, комунікативних, вольових якостей, профілактика та корекція психічного та психологічного здоров'я.

Завдання:

- підвищення рівня психологічної культури збереження психологічного здоров'я в сучасний період життя (постковідний період, в період воєнних дій та поствоєнний реабілітаційний період);
- формування особливого бачення психології здорової особистості, психології здорового способу життя, порушень психологічного здоров'я людини, медико-соціальних основ проблем хворої людини;
- дослідження взаємозв'язків і взаємовпливів усіх складників здоров'я (біологічного, психічного, соціального);
- формування нових уявлень та установок на здоров'я і здоровий спосіб життя;
- розвиток творчого ставлення до свого здоров'я;
- формування психологічних механізмів здорової поведінки;
- формування внутрішньої картини здоров'я;
- обґрунтування методів психологічного впливу на зміцнення і поліпшення стану здоров'я особистості в сучасний період.

Результати навчання: формування знань та навичок екологічного ставлення до свого психологічного здоров'я; оволодіння основними категоріями та поняттями психології здоров'я; демонстрація навичок соціальної взаємодії; використання отриманих знань на практиці; прийняття ефективних рішень, у тому числі в умовах кризового періоду та невизначеності.

Після вивчення курсу студенти повинні **знати**:

- основні поняття, теорії та закономірності, що складають категоріальний апарат психології здорового способу життя;
- принципи застосування психологічних знань для вирішення проблем, пов'язаних із формуванням здорового способу життя;
- психологічні фактори деструктивного впливу на свідомість людини;
- профілактичні методи покращення психологічного здоров'я в різних вікових періодах.
- **ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ПОСТКОВІДНИЙ, ВОЄННИЙ ТА ПОСТВОЄННИЙ ЧАС.**

Після вивчення курсу студенти повинні **вміти**:

- аналізувати психологічні фактори здорового способу життя;
- розпізнавати та аналізувати впливи негативних чинників на стан здоров'я людини;
- застосовувати засоби саморегуляції, вміти пристосовуватися до нових ситуацій (обставин) життя та діяльності;
- використовувати первинні діагностичні процедури для аналізу психологічного здоров'я;
- використовувати психологічні знання при реалізації професійної діяльності.

Орієнтовний перелік тем навчальних занять (лекцій, практичних):

- Проблеми здоров'я і здорового способу життя в науковій літературі.
- Гармонія внутрішнього простору особистості.
- Методи профілактики психічного здоров'я у різних вікових групах (дошкільний вік, шкільний, підлітковий, юнацький, дорослий, похилий вік).
- Психологія старіння і довголіття.
- Психопрофілактика депресивних та стресових станів, паніки та нервово-психічних порушень.
- Профілактика алкогольної, наркотичної та тютюнозалежності.
- Профілактика інтернет та комп'ютерної залежності.
- Профілактика девіантної поведінки.
- Профілактика суїцидальної поведінки.
- Гендерні аспекти психічного здоров'я особистості.
- Психогігієна сім'ї (функції та кризи сім'ї) і сексуального життя.
- Збереження психологічного здоров'я медичного працівника.
- Працездатність як критерій професійного здоров'я.
- Професійне вигорання і ресурси його подолання.
- Психокорекція та саморегуляція психічного та психологічного здоров'я особистості.
- **ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я У ПОСТКОВІДНИЙ, ВОЄННИЙ ТА ПОСТВОЄННИЙ ПЕРІОД (ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ У ВОЄННИЙ ЧАС, ПОНЯТТЯ ПЕРШОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ).**

Перелік компетентностей, здобуття яких буде забезпечувати навчальна дисципліна:

Загальні компетентності:

- ЗК1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, здатність вчитися і бути сучасно навченим.
- ЗК2. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях
- ЗК 3. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності
- ЗК4. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації
- ЗК5. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації приймати обґрунтоване рішення; працювати в команді; навички міжособистісної взаємодії
- ЗК6. Здатність спілкуватися державною мовою, як усно, так і письмово; здатність спілкуватися іноземною мовою
- ЗК7. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК8. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

ЗК9. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК10. Прагнення до збереження навколишнього середовища.

Спеціальні (фахові, предметні):

СК1. Навички опитування та клінічного обстеження пацієнта.

СК13. Здатність до проведення санітарно-гігієнічних та профілактичних заходів.

СК19. Здатність до оцінювання впливу навколишнього середовища, соціально-економічних та біологічних детермінант на стан здоров'я індивідуума, сім'ї, популяції.

Перелік науково-педагогічних (педагогічних) працівників, які забезпечуватимуть проведення навчальної дисципліни:

Тимофієва Марина Пилипівна – кандидат психологічних наук, доцент.