Опис вибіркової навчальної дисципліни

**«Психологія здоров’я»**

|  |  |
| --- | --- |
| Назва дисципліни | **Психологія здоров’я** |
| Рекомендується для галузі знань *(спеціальності, освітньої програми)* | для усіх спеціальностей |
| Кафедра | Загальної психології та патопсихології |
| П.І.П. НПП *(за можливості)* |  |
| Рівень ВО | ***за першим (бакалаврським) рівнем*** |
| Курс *(на якому буде викладатись)* | 2-4 |
| Мова викладання | українська |
| Вимоги до початку вивчення дисципліни | Знання, вміння, компетенції, що одержані при вивченні дисциплін «Психологія», «Основи анатомії та фізіології», «Антропологія» тощо. |
| Що буде вивчатися | Теоретичні основи і принципи побудови сучасної точки зору на поняття «здоров'я», вплив якості психічного, психологічного, соціального, емоційного здоров'я на фізичне здоров'я та стан людини. Вивчення методів та засобів контролю і моніторингу психічного та психологічного здоров'я як основ позитивної життєдіяльності людини. |
| Чому це цікаво/треба вивчати | Ознайомлення з сучасними напрямками психології здоров’я, контролю та моніторингу психічного та психологічного здоров'я, навчити студентів теоретичним та практичним принципам контролю та моніторингу психічного та психологічного здоров'я, вивчення проблеми психологічного здоров’я в контексті безлічі проявів даного психологічного феномену як найважливішої передумови успішної самореалізації індивіда в процесі його життєдіяльності, виявлення та систематизація факторів, які детермінують психологічне здоров’я людини. |
| Чому можна навчитися (результати навчання) | ***Знати:*** сучасні напрямки психології здоров’я; поняття здорового способу життя; основні засоби збереження здоров’я; механізми, що забезпечують нормальне функціювання організму; принципи психології здоров’я; психологічні особливості ментальності щодо відношення до здоров’я.  ***Уміти:*** володіти методами вивчення якості життя: опитувальні методи; захиститися від стресу та впровадити заходи збереження психічного здоров'я; застосувати методи та прийоми виховання культури самооцінки та самоконтролю. |
| Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності) | Реалізувати набуті компетенції в майбутній професійній діяльності |
| Інформаційне забезпечення | Навчальні посібники, електронні ресурси |
| Види навчальних занять (лекції, практичні, семінарські, лабораторні заняття тощо) | лекції, семінарські |
| Вид семестрового контролю | Диф.залік |
| Максимальна кількість здобувачів | 60 |
| Мінімальна кількість здобувачів *(для мовних та творчих дисциплін)* | 20 |