

**Программные требования к зачету по учебной дисциплине  
«ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ» для студентов 3 курса дневной формы  
получения образования всех факультетов  
на 2023/2024 учебный год**

**РАЗДЕЛ I. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ**

1. Предметная область, методологические основы, теоретическая проблематика и практические задачи психологии здоровья.
2. Современное мультидисциплинарное понятие здоровья.
3. Факторы здоровья (выносливость, оптимизм/ пессимизм, сила «Я», эмоциональные паттерны, представления о болезни, уязвимость, контроль, совладание (копинг), употребление и злоупотребление веществами, семья, профессиональное окружение, пол, возраст, социальные классы).
4. Критерии психического и социального здоровья.
5. Здоровье как социальный феномен.
6. Здоровье общества и девиантное поведение.
7. Здоровье городского и сельского населения.
8. Система здравоохранения как институт социального контроля.
9. Душевное здоровье и культура.
10. Внутренняя картина здоровья и болезни.
11. Боль как психологическая проблема.
12. Связь между психикой и телом.
13. Формирование знаний о здоровье как самостоятельной онтологической сущности и динамическом состоянии.

**РАЗДЕЛ II. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ,  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАРУШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ**

14. Факторы риска в возникновении психических (поведенческих) расстройств в детском, подростковом, юношеском, зрелом и старческом возрастах.
15. Внутриутробное развитие плода, влияние эндогенных и экзогенных факторов на формирование нервной системы плода.
16. Психологические характеристики полноценного развития ребенка в младенческом, дошкольном, младшем школьном, подростковом и юношеском возрастах.
17. Влияние биологических и социальных факторов на формирование психики.
18. Психологическая помощь детям и подросткам в критические периоды жизни.
19. Влияние семьи на формирование психики ребенка, профилактика психических нарушений в семейном воспитании.
20. Понятие о гармоничном и дисгармоничных стилях семейного воспитания.
21. Болезнь члена семьи как семейный симптом.

22. Конституционально обусловленные дисгармонии личности, влияющие на формирование психических нарушений.

23. Классификация и формы акцентуаций характера.

24. Представления о здоровье у мужчин и женщин.

25. Влияние факторов среды и индивидуальной реактивности на возникновении психических (поведенческих) расстройств у мужчин и женщин разного возраста, социального положения, рода занятий.

### **РАЗДЕЛ III. ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗ ЖИЗНИ**

26. Классификация психосоматических расстройств.

27. Механизмы формирования психосоматических симптомов. «Психосоматический профиль»: поведенческий тип А, В и С.

28. Психосоматическое расстройство как механизм дезадаптации к стрессовому воздействию.

29. Расстройства приема пищи, их причины. Нервная анорексия. Булимия. Ожирение.

30. Мотивация пищевого поведения.

31. Культура пищевого поведения. Образ тела.

32. Понятие аддиктивного поведения, механизмы формирования, профилактика.

33. Причины и виды зависимостей.

34. Психология здорового образа жизни, его составляющие.

35. Мотивация к здоровому образу жизни, психологические принципы его формирования.

36. Соппротивление к ведению здорового образа жизни.

37. Проблема профессионального здоровья.

38. Предпосылки возникновения, последствия, методы предупреждения и преодоления «синдрома эмоционального выгорания».

39. Подходы к оптимизации психического здоровья

40. Психогигиенические мероприятия по предупреждению и коррекции психических (поведенческих) расстройств: экологические, социально-психологические, медицинские, педагогические, религиозные мероприятия, их характеристика и содержание.

Заведующий кафедрой психологии

Н.А.Шестиловская

Дата утверждения 20.10.2023 (протокол №3)