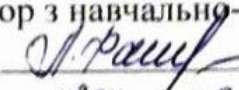


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**ПРИВАТНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
МЕДИКО-ПРИРОДНИЧИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра психології

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчально-методичної
роботи  Л.І. Фалько
«30» 10 2019 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я

Ступінь вищої освіти «бакалавр»


Галузь знань: 22 «Охорона здоров'я»

Спеціальність: 223 «Медсестринство»

Спеціалізація: медсестринство

2019-2020 навчальний рік


Робоча програма навчальної дисципліни «Психічне здоров'я» для студентів ступеня вищої освіти «бакалавр» за спеціальністю 223 «Медсестринство».

Розробник: Бази́ка Євге́нія Леоні́дівна, кандидат психологічних наук, доцент

(Бази́ка Є.Л.)

Робоча програма затвердження на засіданні кафедри психології

Протокол від “28” 05 2019 року № 1

Завідувач кафедри психології


(Бази́ка Є.Л.)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»	Вибіркова	
Індивідуальне науково-дослідне завдання: розробити план психологічного оздоровлення клієнта	Спеціальність (професійне спрямування): 223 «Медсестринство»	Рік підготовки	
		4	-
Загальна кількість годин – 90		Семестр	
		8	-
Тижневих годин для очної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 4,5	Ступінь вищої освіти: бакалавр	Лекції	
		12 год.	-
		Семінарські заняття	
		24 год.	
		Лабораторні	
		0 год.	-
		Самостійна робота	
		54 год.	-
		Індивідуальні завдання	
год.			
Вид контролю: екзамен			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 90 год.: 36 год. – аудиторні заняття, 54 год. – самостійна робота (40 % до 60 %).

2. Мета та завдання навчальної дисципліни «Психічне здоров'я»

Метою викладання дисципліни є засвоєння студентами теоретичних знань, формування у студентів цілісного уявлення про здоров'я людини та його фізичну, психологічну, соціальну, духовну складову та навичок здорового способу життя і практичних умінь щодо перевірки стану фізичного здоров'я осіб у медичних закладах. Дослідити психологічні чинники, що формують здоров'я та ті, що негативно впливають на здоров'я людини, методи та шляхи формування здорового способу життя.

Предметом вивчення навчальної дисципліни «Психічне здоров'я» є: психічне здоров'я у контексті сучасних теорій та методології психології здоров'я як науки та навчальної дисципліни, система організації здорового способу життя.

Міждисциплінарні зв'язки. Навчальна дисципліна «Психічне здоров'я» є складовою циклу професійної підготовки фахівців ступеня вищої освіти «бакалавр» та тісно пов'язана з дисциплінами «Медсестринство в психіатрії та наркології», «Медсестринська етика та деонтологія», «Обстеження та оцінка стану здоров'я людини», «Фізіологія», змістом практичної підготовки та закладає основу для успішного виконання здобувачами вищої освіти завдань на базах практики та професійної майбутньої роботи.

Програма навчальної дисципліни складається з таких **кредитів**:

Кредит 1. Психічне здоров'я.

Кредит 2. Фактори та принципи забезпечення психічного здоров'я особистості.

Кредит 3. Психічне здоров'я та здоровий спосіб життя.

Основними завданнями курсу є:

- сформувати базові світоглядні уявлення про здоровий спосіб життя;
- сформувати цілісне та особистісне ставлення до власного здоров'я та здоров'я навколишніх;
- висвітлити науково-теоретичні основи професійного підходу до збереження фізичного та психічного здоров'я клієнтів під час психологічної практики;
- сформувати у студентів навички організації просвітницької діяльності в сфері збереження здоров'я;
- організовувати самостійну роботу студентів щодо закріплення та розширення наукових знань в сфері охорони здоров'я.

У результаті вивчення курсу студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальні:

- здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу;
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;

- навички використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків;
- здатність приймати обґрунтовані рішення;
- здатність працювати в команді;
- здатність діяти на основі етичних міркувань.

II. Фахові:

- Здатність розпізнавати й інтерпретувати ознаки здоров'я і його змін, хвороби чи інвалідності (оцінка, діагноз) обмежень, можливості повноцінної життєдіяльності і визначати проблеми пацієнтів при різних захворюваннях та станах.
- Задоволення потреб пацієнта/клієнта протягом різних періодів усього життя (включаючи процес вмирання) шляхом планування, допомоги і виконання медсестринських втручань, оцінки та корекції індивідуальних планів догляду, створених у співпраці з пацієнтом/клієнтом, особами, що доглядають членами сім'ї та іншими медичними і соціальними працівниками.
- Профілактична діяльність медичної сестри направлена на збереження і зміцнення здоров'я, попередження захворювань й інформування та навчання пацієнта та членів його родини.
- Здатність організовувати та надавати невідкладну допомогу в надзвичайних ситуаціях у мирний та воєнний час.
- Здатність організовувати та управляти медсестринським структурним підрозділом.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться: 90 год. / 3 кредити ECTS.

3.Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Психічне здоров'я

Тема 1. Здоров'я людини в контексті психології.

Уявлення про здоров'я людини. Біологічне здоров'я. Психічне здоров'я. Соціальне здоров'я. Психологічні чинники, які впливають на здоров'я. Психологічне відношення людини до власного здоров'я.

Тема 2. Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я.

Основні визначення здоров'я. Біологічна, соціальна та психологічна сутність здоров'я. Адаптація організму до зовнішніх факторів середовища. Показники здоров'я. Фактори, що впливають на здоров'я людини. Система охорони здоров'я в Україні.

Кредит 2. Фактори та принципи забезпечення психічного здоров'я особистості

Тема 3. Фактори підвищення рівня психічного здоров'я.

Психічна і духовна складові здоров'я: принципи формування, види порушень, шляхи покращення. Чинники, що впливають на психічне здоров'я індивіда. Типи психічних розладів. Профілактичні заходи та методи лікування

Тема 4. Принципи забезпечення психічного здоров'я особистості.

Життя і здоров'я людини.. Вплив різних чинників на формування здоров'я. Демографічна ситуація в Україні. Критерії здоров'я. Критерії психічного та психологічного здоров'я.

Кредит 3. Психічне здоров'я та здоровий спосіб життя

Тема 5. Здоровий спосіб життя та його компоненти.

Психологічні особливості формування здорового способу життя. Компоненти здорового способу життя. Психологічні протиріччя способу життя, що впливають на здоров'я. Хвороби, які пов'язані зі способом життя.

Тема 6. Дослідження здорового способу життя.

Анкетування як метод дослідження здорового способу життя. Специфіка опитування при дослідженні здорового способу життя. Тестування як метод дослідження здорового способу життя.

Тема 7. Стрес та депресія.

Психічна складова здоров'я. Стрес та депресія. Визначення схильності до стресу. Духовна складова здоров'я: принципи формування, види порушень, шляхи відновлення. Тести «Відношення до здоров'я», «Ваше здоров'я», «Душевна рівновага». Поняття про соціальне здоров'я, соціальний захист населення. Самооцінка соціального здоров'я. Стратегії подолання стресу. Шляхи відновлення та покращення психічного здоров'я.

Тема 8. Психологічна складова психічного та соціального здоров'я

Психологічні принципи формування психічного та соціального здоров'я. Виявлення порушень. Психологічні шляхи покращення психічного та соціального здоров'я. Значення адаптації в навколишньому середовищі. ВІЛ/ СНІД: психологічні чинники епідемії. Психологічні фактори соціальної небезпеки.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви тем							
	Денна форма						
	Кількість годин						
	усього	у тому числі					
л		п	с	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8
Кредит 1. Психічне здоров'я							
Тема 1. Здоров'я людини в контексті психології.	14	2	0	2	0	0	10
Тема 2. Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я.	16	2	0	2	0	0	12
Разом за кредитом 1	30	4	0	4	0	0	22
Кредит 2. Фактори та принципи забезпечення психічного здоров'я особистості							
Тема 3. Фактори підвищення рівня психічного здоров'я.	16	2	0	4	0	0	10
Тема 4. Принципи забезпечення психічного здоров'я особистості.	14	2	0	2	0	0	10
Разом за кредитом 2	30	4	0	6	0	0	20
Кредит 3. Психічне здоров'я та здоровий спосіб життя							
Тема 5. Здоровий спосіб життя та його компоненти.	7	2	0	4	0	0	2
Тема 6. Дослідження здорового способу життя.	9	0	0	4	0	0	4
Тема 7. Стрес та депресія.	7	2	0	4	0	0	2
Тема 8. Психологічна складова психічного та соціального здоров'я	7	0	0	2	0	0	4
Разом за кредитом 3	30	4	0	14	0	0	12
Усього годин	90	12	0	24	0	0	54

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		ДФН
Кредит 1. Психічне здоров'я		
1.	<p>Тема 1. Здоров'я людини в контексті психології. Дослідити уявлення про здоров'я людини. Біологічне здоров'я. Психічне здоров'я. Соціальне здоров'я. Визначити психологічні чинники, які впливають на здоров'я. Психологічне відношення людини до власного здоров'я.</p>	2
2.	<p>Тема 2. Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Розкрити основні визначення здоров'я. Визначити біологічну, соціальну та психологічну сутність здоров'я. Розібрати адаптацію організму до зовнішніх факторів середовища. Визначити показники здоров'я. Озвучити фактори, що впливають на здоров'я людини. Вивчити систему охорони здоров'я в Україні.</p>	2
Кредит 2. Фактори та принципи забезпечення психічного здоров'я особистості		
3.	<p>Тема 3. Фактори підвищення рівня психічного здоров'я. Вивчити психічну і духовну складові здоров'я: принципи формування, види порушень, шляхи покращення. Визначити чинники, що впливають на психічне здоров'я індивіда. Типи психічних розладів. Розібрати профілактичні заходи та методи лікування.</p>	4
4.	<p>Тема 4. Принципи забезпечення психічного здоров'я особистості. Розкрити принципи забезпечення психічного здоров'я особистості. Проаналізувати на прикладах життя і здоров'я людини. Дослідити вплив різних чинників на формування здоров'я. Проаналізувати демографічну ситуацію в Україні. Критерії здоров'я.</p>	2
Кредит 3. Психічне здоров'я та здоровий спосіб життя		
5.	<p>Тема 5. Здоровий спосіб життя та його компоненти. Визначити вплив психологічних особливостей на формування здорового способу життя. Виявити компоненти здорового способу життя. Проаналізувати психологічні протиріччя способу життя, які впливають на здоров'я. Розібрати хвороби, які пов'язані зі способом життя.</p>	4
6.	<p>Тема 6. Дослідження здорового способу життя. Розібрати анкетування як метод дослідження здорового способу життя. Виявити специфіку опитування при дослідженні здорового способу життя. Розібрати тестування як метод дослідження здорового способу життя.</p>	4
7.	<p>Тема 7. Стрес та депресія. Форми прояви стресу Зміна поведінкових реакцій при стресі Змінення інтелектуальних процесів при стресі Зміни фізіологічних процесів при стресі</p>	4

	Емоційні прояви стресу Оцінка рівня стресу - Об'єктивні методи оцінки рівня стресу - Суб'єктивні методи оцінки рівня стресу - Прогноз рівня стресу	
8.	Тема 8. Психологічна складова психічного та соціального здоров'я. Психічна складова здоров'я. Духовна складова здоров'я: принципи формування, види порушень, шляхи відновлення. Поняття про соціальне здоров'я, соціальний захист населення. Шляхи відновлення та покращення психічного здоров'я. Психологічні принципи формування соціального здоров'я. Психологічні шляхи покращення соціального здоров'я. Значення адаптації в навколишньому середовищі. Психологічні фактори соціальної небезпеки.	2
Разом		24

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
	Не передбачено навчальним планом		

7. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Не передбачено навчальним планом	

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		ДФН
Кредит 1. Психічне здоров'я		
1.	Тема 1. Здоров'я людини в контексті психології. Дослідити уявлення про здоров'я людини. Біологічне здоров'я. Психічне здоров'я. Соціальне здоров'я. Визначити психологічні чинники, які впливають на здоров'я. Психологічне відношення людини до власного здоров'я.	10
2.	Тема 2. Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Розкрити основні визначення здоров'я. Визначити біологічну, соціальну та психологічну сутність здоров'я. Розібрати адаптацію організму до зовнішніх факторів середовища. Визначити показники здоров'я. Озвучити фактори, що впливають на здоров'я людини. Вивчити систему охорони здоров'я в Україні.	12
Кредит 2. Фактори та принципи забезпечення психічного здоров'я особистості		

3.	<p>Тема 3. Фактори підвищення рівня психічного здоров'я. Вивчити психічну і духовну складові здоров'я: принципи формування, види порушень, шляхи покращення. Визначити чинники, що впливають на психічне здоров'я індивіда. Типи психічних розладів. Розібрати профілактичні заходи та методи лікування</p>	10
4.	<p>Тема 4.Принципи забезпечення психічного здоров'я особистості. Розкрити принципи забезпечення психічного здоров'я особистості. Проаналізувати на прикладах життя і здоров'я людини. Дослідити вплив різних чинників на формування здоров'я. Проаналізувати демографічну ситуацію в Україні. Критерії здоров'я.</p>	10
Кредит 3. Психічне здоров'я та здоровий спосіб життя		
5.	<p>Тема 5. Здоровий спосіб життя та його компоненти. Визначити вплив психологічних особливостей на формування здорового способу життя. Виявити компоненти здорового способу життя. Проаналізувати психологічні протиріччя способу життя, які впливають на здоров'я. Розібрати хвороби, які пов'язані зі способом життя.</p>	2
6.	<p>Тема 6. Дослідження здорового способу життя. Розібрати анкетування як метод дослідження здорового способу життя. Виявити специфіку опитування при дослідженні здорового способу життя. Розібрати тестування як метод дослідження здорового способу життя.</p>	4
7.	<p>Тема 7.Стрес та депресія. Вивчити концепції стресу. Класична теорія стресу Г. Сельє. Поняття фізіологічного й психологічного стресу (Р. Лазарус). Розібрати загальні та індивідуальні прояви стресу. Поняття про стресостійкість. Визначити основні характеристики самоконтролю. Самоконтроль в структурі стресостійкості. Емоційні компоненти стресостійкості. Розібрати поняття про емоційний інтелект та емоційну компетентність. Дослідити індивідуальну стійкість до стресу. Розібрати поняття загального адаптаційного синдрому, рівні адаптації. Стадії розвитку стресових реакцій по Г. Сельє. Дослідити динаміку переживання стресу .Подальший розвиток трьох фазної концепції стресу. Розвиток фази тривожності. Резистентність. Стадія виснаження. Періоди мобілізації адаптаційних резервів за Л. А. Кітаєвим-Смиком. Вивчити особливості професійного стресу. Особливості навчального стресу. Екзаменаційний стрес. Динаміка переживання навчального стресу. Розібрати різновиди стресу, об'єктивні та суб'єктивні причини виникнення стресу. Класифікація стресорів. Форми прояву стресового стану. Поведінкові прояви стресу. Когнітивні наслідки стресу. Емоційні характеристики стресового стану. Визначити психофізіологічні характеристики стресу. Проаналізувати явище стресу та надійність професійної діяльності. Хронічні і прикордонні стани (хронічне стомлення, астеничний синдром, депресія, неврози). Визначити стресогенні фактори в професійній діяльності. Розібрати феномен професійного вигорання.</p>	2
8.	<p>Тема 8. Психологічна складова психічного та соціального здоров'я</p>	4

	<p>Викласти основні конкретно-методологічні підходи до соціологічного вивчення здоров'я.</p> <p>Визначити як впливають на здоров'я освіту, матеріальне становище, посадова позиція?</p> <p>Надати визначення статусної неконгруентності (неконсистентності). Опишіть її вплив на здоров'я.</p> <p>Охарактеризувати вплив сім'ї на здоров'я чоловіків і жінок.</p> <p>Вияснити у чому причини відмінностей в цьому впливі? Які основні механізми впливу віку на здоров'я?</p> <p>Показати співвідношення впливу соціальних і біологічних факторів на процес старіння.</p> <p>Описати фактори, що впливають на здоров'я чоловіків і жінок протягом життєвого шляху.</p> <p>Перечислити показники соціальної дезорганізації територіальних спільнот. Виявити як вони дозволяють охарактеризувати міську територію?</p> <p>Надати визначення соціальних організацій. Перерахувати механізми впливу соціальних організацій на здоров'я суспільства.</p> <p>Надати визначення організаційної патології, перерахувати її ознаки.</p> <p>Виявити, що дозволяє виділяти в суспільстві професійні групи і говорити про професійний здоров'я?</p> <p>Охарактеризувати основні механізми дії стресу соціальних змін на здоров'я популяції і суспільства.</p> <p>Навести функції соціального контролю які очевидно і неочевидно виконуються системою охорони здоров'я в Україні.</p>	
	Разом	54

9. Індивідуальні завдання

Індивідуальна науково-дослідницька робота є видом поза аудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмового матеріалу навчальної дисципліни.

Мета індивідуального науково-дослідного завдання: самостійне вивчення частини програмового матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

Зміст індивідуального науково-дослідного завдання: завершена практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських, практичних занять і охоплює весь зміст навчального курсу.

Індивідуальне науково-дослідне завдання захищається на практичному занятті у визначений навчальним планом термін, у виключних випадках здається на перевірку без доповіді. Робота, яка не відповідає вимогам за змістом, вважається не зарахованою.

Консультативна робота організована для пояснення певних теоретичних положень чи аспектів їх практичного застосування. Під час консультації студент отримує відповіді від викладача на конкретні запитання.

Графік проведення індивідуальної та консультативної роботи

№ з/п	Вид роботи	Термін виконання
1.	Отримання студентами завдань для виконання індивідуальної роботи.	Другий тиждень семестру
2.	Консультації щодо виконання індивідуальних завдань.	Щосереди
3.	Захист індивідуальних завдань.	Передостанній тиждень семестру

Індивідуальне науково-дослідницьке завдання: розробити план психологічного оздоровлення клієнта.

10. Методи навчання

Традиційні методи навчання:

- пояснювально-ілюстративний метод – студенти отримують знання на лекції, з навчальної або методичної літератури, через електронний посібник в «готовому» вигляді. Сприймаючи й осмислюючи факти, оцінки, висновки, студенти залишаються в рамках репродуктивного (відтворюючого) мислення; застосовується для передачі великого масиву інформації;
- репродуктивний метод – застосування вивченого на основі зразка або правила, діяльність студентів носить алгоритмічний характер, тобто дія виконується на основі інструкцій, приписів, правил в аналогічних, подібних з показаним зразком ситуаціях;
- метод проблемного викладу – використовуючи різноманітні джерела й засоби, педагог, перш ніж викладати матеріал, ставить проблему, формулює пізнавальне завдання, а потім, розкриваючи систему доказів, порівнюючи точки зору, різні підходи, показує спосіб вирішення поставленого завдання, студенти як би стають свідками й співучасниками наукового пошуку;
- частково-пошуковий, або евристичний, метод – організація активного пошуку рішення висунутих у навчанні (або самостійно сформульованих) пізнавальних завдань або під керівництвом педагога, або на основі евристичних програм і вказівок, процес мислення набуває продуктивного характеру, але при цьому поетапно направляється й контролюється педагогом або самими студентами на основі роботи над програмами (у тому числі й комп'ютерними) і навчальними посібниками, найчастіше застосовується як спосіб активізації мислення, порушення інтересу до пізнання на практичних заняттях і колоквіумах;
- дослідницький метод – після аналізу матеріалу, постановки проблем і завдань і короткого усного або письмового інструктажу студенти самостійно вивчають літературу, джерела, ведуть спостереження й вимірювання й виконують інші дії

пошукового характеру; ініціатива, самостійність, творчий пошук проявляються в дослідницькій діяльності найбільш повно.

Активні методи навчання:

- практичні вправи, у процесі виконання яких студенти моделюють свої дії у різних навчальних і виховних ситуаціях майбутньої професійної діяльності;
- аналіз конкретних ситуацій як індивідуально, так і в малих навчальних групах (6-8 осіб), у ході розбору яких студенти не тільки вчаться формулювати проблеми й ухвалювати рішення щодо них, але й виробляють ряд важливих навичок в області міжособистісної комунікації, групової роботи й лідерства;
- робота в малих навчальних групах, у ході якої студенти виконують практичні вправи, розбирають конкретні ситуації, готують групові проекти й беруть участь у ділових іграх; така робота допомагає студентам освоювати рольову поведінку, учитися ефективному спілкуванню й обміну досвідом, виробляти лідерські якості.
- ділові ігри носять комплексний характер і проводяться для студентів на основі закордонних методик, сприяючи більш глибокому розумінню й ефективному закріпленню вивчених ними дисциплін.

Широко використовуються методи відео й комп'ютерної комунікації.

11.Методи контролю

Оцінювання якості знань студентів, в умовах організації навчального процесу за кредитно-трансферною системою здійснюється шляхом поточного, модульного, підсумкового (семестрового) контролю за 100-бальною шкалою оцінювання, за шкалою ECTS та національною шкалою оцінювання.

Комплексна діагностика знань, умінь та навичок студентів з дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного і підсумкового контролю знань (екзамену).

Форма поточного контролю – усне опитування, тестування на практичних заняттях, виконання індивідуальних завдань.

Періодична форма контролю – виконання комплексних контрольних робіт, розробка проектів, колоквиуми, творчі роботи.

Форма підсумкового контролю – екзамен на основі суми балів набраних за кожний кредит та складання власне екзамену.

Критеріями оцінювання є:

а) при усних відповідях: повнота розкриття питання; логіка викладення, культура мови; впевненість, емоційність та аргументованість; використання основної та додаткової літератури; аналітичні міркування, уміння робити порівняння, висновки;

б) при виконанні письмових завдань: повнота розкриття питання; цілісність, систематичність, логічна послідовність, уміння формулювати висновки; акуратність оформлення письмової роботи; підготовка матеріалу за допомогою комп'ютерної техніки.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
64-74	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

12. Методичне забезпечення

1. Навчально – методичний комплекс дисципліни «Психічне здоров'я».
2. Опорний конспект лекцій з дисципліни «Психічне здоров'я».
3. Методичні рекомендації до підготовки практичних занять та самостійної роботи з дисципліни «Психічне здоров'я».
4. Презентації.

13. Рекомендована література

Основна

1. Психологія здоров'я: Учебник / Под ред. Г.С. Никифорова. СПб: Изд-во СПб ун-та, 2016.
2. 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.
3. Серкач М.Ф. Психологія здоров'я: Учеб. пособие. 2-е изд. М.: Изд-во «Академический проспект Гаудеамус», 2015.
4. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психологія здоров'я человека: эталоны, представления, установки: Учеб. пособие для вузов. М.: Академия, 2013.
5. Герберт М. Шелтон Здоровье для всех/ Пер. с англ. Л.А. Владимирского – М.: Советский спорт, 2011. – 288 с
6. Голінько, В. І. Валеологія. Основні засади здорового способу життя [Текст] : навч. посіб. / В. І. Голінько [та ін.] ; Національний гірничий ун-т. - Д. : НГУ, 2015.

Додаткова

1. Загальна теорія здоров'я і здоров'я збереження [Текст] : колективна монографія. - Харків : Вид. Рожко С. Г., 2017.
2. Исаев Ю.П., Попова Л.А. Практическая валеология здоров'я.-К.-2009.-190 с.
3. Міхеєнко, О. І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини [Текст] : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О. І. Міхеєнко. - 2-ге вид., переробл. і допов. - Суми : Університетська книга, 2010. - 446 с.
4. Амосов Н.М. Моя система здоров'я. – К.: Здоров'я, 1997. – 56 с.
5. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. М.: Физкультура и спорт, 1987.
6. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровья человека. СПб.: МГП «Петрополис», 1992. – 123 с.
7. Билич Г.Л., Назарова Л.В., Основы валеологии - СПб., «Водолей»,1998-560с.
8. Білявський Г.О. Основи екології. Навчальний посібник. – К.: Либідь, 2016. – 408 с.
9. Булич Е.Г., Муравов І.В. Валеологія. Теоретичні основи валеології – К.: ІЗМН, 1997.-224с.
10. Валеологія (інформ.-метод. збірник), К.: Знання України.-1996.-336с.
11. Валеологія [Текст] : навчально-метод. матеріал для викладачів та студ. вищих навч. закл. / уклад. Л. С. Лойко [та ін] ; Відкритий міжнародний ун-т розвитку людини "Україна". Вінницьке територіальне представництво. - К. : [б.в.], 2011.
12. Грибан, В. Г. Валеологія [Текст] : підруч. для студ. вищ. навч. закл. / В. Г. Грибан ; Дніпропетровський держ. ун-т внутрішніх справ. - К. : Центр учбової літератури, 2018.
13. Дубровский В.И., Валеология, здоровый образ жизни-М.: Флинта, 1995 – 560с.
14. Євсєєва, О.В. Вікова фізіологія та валеологія [Текст] : навч. посібник / О. В. Євсєєва. - Ніжин : Ніжинський держ. ун-т ім. Миколи Гоголя, 2018 .
15. Журавлева А.И., Граевская Н.Д, Спортивная медицина и лечебная физкультура, М.: Медицина.-1993.-432с.
16. Кербунова Н.М. Иллюзии экологической независимости, Николаев.-1999.-116с.
17. Колбанов В.В., Валеология: Основные понятия, термины и определения.- СПб.:ДЕАН, 1998-232с.
18. Мінський І.Я. Практикум з валеології, ч.І, Черкаси,1998.
19. Николаев Ю.С. Голодание ради здоровья, М.-1989.-205с.
20. Основи здоров'я. Грибан В.Г.-Валеологія.-Навч. Посібник.-Київ, Центр. Уч. Літ.- 2018.-214 с.
21. Основи медичних знань. Петриненко Т.В.- Підручник.-К.: Медицина.- 2017.- 248 с.
22. ПольС.Брэгг, Здоровье и долголетие, М.: Грэгори – Пэйдж, 1996.-416с.
23. Скороход, В. М. Вікова фізіологія та валеологія [Текст] / В. М. Скороход, Т. В. Скороход ; Кіровоградський держ. педагогічний ун-т ім. Володимира Винниченка. - Кіровоград : РВВ КДПУ ім. В.Винниченка, 2008.
24. Сон: Тонкости, хитрости и секреты/ под редакцией Ю.В. Татуры. – М.: Бун-пресс, - 2016. – 378 с.
25. Хорошуха, М. Ф. Валеологія [Текст] : навч. посібник для студ. вищих навч. закл., які навч. за спец. "Фізична реабілітація" ; Броварська філія ун-ту "Україна". - К. : Університет "Україна", 2016. -

26. Царенко А.В., Яцук Г.Ф., Валеологія: підр. Для 8 – 9-х кл. серед. заг. шк.- К.: Генеза, 1998-136с.
27. Чумаков Б.Н., Валеологія: Учеб. Пособие.-2-е изд., испр. и доп..- М.: Педагогическое общество России, 1999-407с.
28. Шмалей С.В. Диагностика здоров'я, Херсон, 1994.-206с.
29. Шмалей С.В., Основи наркології, Херсон, 1998-207с.

Інформаційні ресурси

1. Президент України – www.prezident.gov.ua.
2. Верховна Рада України – www.rada.gov.ua.
3. Кабінет Міністрів України – www.kmu.gov.ua.
4. Міністерство охорони здоров'я України – <http://www.moz.gov.ua>.
5. Державний комітет статистики України – www.ukrstat.gov.ua.
6. Національна бібліотека ім. В.І.Вернадського – www.nbuv.gov.ua.
7. vo.ukraine.edu.ua
8. www.uzhnu.edu.ua
9. elibrary.kubg.edu.ua
10. www.kspu.edu
11. www.yakaboo.ua
12. moodle.mdu.in.ua
13. valeolog.net
14. westudents.com.ua