

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 14.06.2024 07:32:37  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### Психология здоровья

Код, направление подготовки	37.05.01 Клиническая психология
Направленность (профиль)	Патопсихологическая диагностика и психотерапия
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Психологии
Выпускающая кафедра	Психологии

## Типовые задания для контрольной работы

### Контрольная работа – психология здоровья (3 семестр)

В 3 семестре проводится контрольная работа с целью контроля усвоения студентами знаний лекционного курса, оценки знаний и навыков, приобретенных в ходе практических занятий, развивающие профессиональные способности в соответствии с требованиями квалификационной характеристики специалиста. *Контрольная работа проводится в виде решения задач-кейсов*, по расписанию в часы учебных занятий в объеме, предусмотренном рабочей программой по дисциплине и учебной нагрузкой преподавателя.

#### Задания контрольной работы:

##### Задание 1.

Кейс 1. На собрании трудового коллектива поликлиники главный врач обозначил приоритетные задачи медучреждения на ближайший год:

- добиться вакцинации против гриппа не менее 75% обслуживаемого поликлиникой населения;
- снизить число жалоб пациентов не менее, чем в 1,5 раза;
- всем врачам освоить автоматизированную систему учёта приёма пациентов и начать её применение в постоянном режиме;
- оснастить лабораторию новым оборудованием.

**Вопрос:** В решении каких задач может принять участие психолог здоровья, работающий в поликлинике?

**Ответ:** 1-я и 2-я задачи.

Участие в решении первой задачи: психологическое обеспечение мероприятий по разъяснению необходимости вакцинации.

Участие в решении 2-й задачи: повышение конфликтологической грамотности медперсонала посредством тренингов, решения кейсов, обучающих семинаров и т.д.

Кейс 2. Перед кабинетом кардиолога образовалась небольшая очередь. Мужчина лет 50, кажется, полностью погрузился в интернет, он не отрывает глаз от ноутбука. Худенькая старушка, видимо, скучает, но развлекает себя тем, что изучает плакаты на стене напротив, призывающие к здоровому образу жизни. И только третья пациентка - полноватая женщина средних лет с красным лицом - вся в движении: то нетерпеливо смотрит на часы, то меняет позу на кресле, то нервно ищет что-то в своей сумке, то звонит по мобильному телефону и громким голосом отдаёт распоряжения. Простившись с очередным пациентом, кардиолог, вздохнув, обращается к медсестре: «Марина, а теперь вызови личность типа А».

**Вопросы:** Кого из пациентов имел в виду врач? Дайте краткую характеристику личности типа А.

В чём суть психопрофилактической работы с людьми этого типа?

**Ответ:** третью пациентку.

Ядром личности типа А является сильно выраженное стремление к первенству, социальному превосходству, восприятие жизни как арены конкурентной борьбы, всегда актуальное желание быть неизменно первым, лучшим. Причем желание быть первым и лучшим во всем, чем занимается личность типа А. Кроме того, для личности этого типа на поведенческом уровне характерно яркое проявление активности, напряженности, амбициозности, часто несдержанности в проявлении чувств, напористости и нетерпеливости в достижении

цели. При встрече с препятствиями на пути к достижению поставленной цели личность типа А часто может проявлять не только настойчивость, но и агрессивность. Сердечно-сосудистые заболевания (инфаркты, инсульты) встречаются у личностей типа А значительно чаще, примерно в два раза, чем у других людей.

Суть психопрофилактической работы: научить применять приёмы релаксации, контролировать рабочую нагрузку, соблюдать режим труда и отдыха.

Кейс 3. Нина Васильевна почти тридцать лет работает сестрой-хозяйкой терапевтического отделения больницы. За эти годы она научилась даже после краткого знакомства с больным давать почти всегда сбывающийся прогноз успешности лечения. Недавно в разговоре с племянницей, обучающейся в магистратуре по программе «Психология здоровья», Нина Васильевна убедилась в правильности своих критериев. Оказалось, что и учёные выделили те же признаки, только назвали некоторые из них по-другому, используя научные термины.

**Вопрос:** Предположите, на какие признаки ориентируется проницательная сестра-хозяйка, прогнозируя успешность лечения.

**Ответ:** В литературе встречаются следующие психологические факторы, коррелирующие с успехом лечения:

- положительно коррелируют оптимизм, внутренний локус контроля, продуктивные копинг-стратегии, социальная поддержка (прежде всего - семьи);

- отрицательно коррелируют, соответственно, противоположные качества + алекситимия (неспособность использовать язык для описания эмоционального опыта).

Есть указания на то, что лечение осложняет принадлежность личности к типу С. Как правило, такие люди не предрасположены к внешнему проявлению раздражения и гнева. Испытывая сильные чувства, они редко показывают их, загоняют переживания внутрь себя, поддаваясь при этом ощущениям страха, беспомощности, безнадежности. Они высоко чувствительны к стрессу, но при этом мало способны к разрядке негативных эмоций, снятию напряжения. Этим людей отличают уступчивость, подчиняемость, неуверенность в себе и терпеливость. Их могут вывести из равновесия такие межличностные проблемы, как зависть и конкуренция; они легко теряют надежду, становятся беспомощными, впадают в депрессию.

#### **Задание 2.**

Кейс 1. Главный врач медицинского стационара поручил сотруднице отдела кадров оформить специалиста, который будет заниматься психологией здоровья. Сотрудница недоумевает: «У нас ведь уже работает психотерапевт, зачем ещё один психолог?»

**Вопрос:** Решением каких задач может заниматься психолог здоровья, работающий в медучреждении?

**Ответ\*:** -воспитание у пациентов стойкой мотивации на здоровье и здоровый образ жизни на основе освоения им знаний о приоритете здоровья и механизмах жизнедеятельности организма человека;

- обучение средствам и методам оценки своего физического состояния и использования функциональных возможностей организма и естественных средств оздоровления для поддержания своего здоровья;

- организация работы по коллективному оздоровлению пациентов и сотрудников через систему занятий физическими упражнениями, психокоррекцию, психологические консультации, тренинги и т.п.;

- оценка организации и содержания трудового процесса в медучреждении и его совершенствование. Создание здоровьесберегающей среды.

Кейс 2. Психолог компании ХХХ провела обследование кандидата на должность начальника отдела продаж. Требования к этой позиции высокие, но претендент оказался очень достойный: креативный, эрудированный, коммуникабельный, а главное - активный, напористый, не боящийся конкуренции, нацеленный на результат. Для директора психолог написала положительное заключение, а себе в блокнотик записала: «Личность типа А. Необходима психопрофилактика».

**Вопросы:** Какая система организма чаще всего страдает у личностей типа А?

В чём суть психопрофилактической работы с людьми этого типа?

**Ответ:** Сердечно-сосудистые заболевания (инфаркты, инсульты) встречаются у личностей типа А значительно чаще, примерно в два раза, чем у других людей.

Суть психопрофилактической работы: научить применять приёмы релаксации, контролировать рабочую нагрузку, соблюдать режим труда и отдыха.

Кейс 3. В департаменте молодёжной политики шло совещание о пропаганде здорового образа жизни среди студентов. Участники совещания в один голос говорили о том, что несмотря на обилие проводимых мероприятий (лекции врачей-гигиенистов, встречи с сотрудниками правоохранительных органов, наглядная агитация в форме плакатов и т.п.) эффект близок к нулю. «Хоть психологов подключай», - удручённо бросил кто-то из участников. «Интересная мысль, так и поступим», - неожиданно откликнулся председательствующий.

**Вопрос:** Какие методы приобщения к здоровому образу жизни предлагает современная психология здоровья?

**Ответ:** Для работы с молодёжными группами используются разнообразные методы:

тренинги, решение кейсов, обучающие семинары, групповые дискуссии, метод мозгового штурма, викторины и др.

## Примерные экзаменационные вопросы (3 семестр)

1. Психология здоровья как культурное и личное мировоззрение, система ценностей, наука.
2. Здоровье человека как предмет комплексного междисциплинарного исследования.
3. Античная концепция здоровья: принципы, подходы, путь развития.
4. Основные принципы и пути оздоровления эпохи античности.
5. Отголоски и продолжение античной модели здоровья в культурах и эпохах.
6. Адаптационная модель здоровой личности: принципы, подходы, путь развития.
7. Противоречие биологического и социального как основная проблема здорового существования.
8. Проблема здоровья общества и здоровья индивида.
9. Гуманистическая модель здоровой личности: основные положения и характеристики здоровой личности.
10. Проблема здоровья в гуманистических идеях Э. Эриксона и Э. Фромма.
11. Представление о зрелой и здоровой личности в теории Г. Олпорта.
12. Полноценно функционирующий человек, по К. Роджерсу.
13. Психически здоровый индивид и “психически здоровое общество” по А. Маслоу.
14. Проблема неврозов в контексте психологии здоровья.
15. Трансперсональное измерение здоровья.
16. Мистические корни трансперсонального эталона.
17. Эзотерика, алхимия, знахарство как культурные системы целительства.
18. Творчество: здоровье или болезнь?
19. Болезнь и ее значение: проблема интерпретации.
20. Национальные образы здоровья и болезни на примере древнерусской культуры.
21. Модель здоровой личности: ее структурные и динамические характеристики.
22. Социальное представление о здоровье: попытка анализа.
23. «Зерно здоровья»: первичные валеоустановки как интегрирующие структуры психики.