

## 2.4. Психология здоровья

- имеет своим **объектом** не болезнь (расстройство) и шире – больного человека, а здоровье и здорового человека.
- Вся совокупность базовых знаний по психологии, которые могут найти применение для понимания здоровья и болезни.



# определение

- Наука о психологических причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития; включает практику поддержания здоровья человека от его зачатия до его смерти (В. А.Ананьев , 1998)
- Наука о психологическом обеспечении здоровья человека на всем протяжении его жизненного пути (Г.С.Никифоров, 1991)

# Задачи и предмет научных и практических интересов :

- психология здорового человека, изучение интра- и экстраличностных факторов сохранения и укрепления здоровья всех уровней – физического , психического, психологического, а также выявление факторов и условий профилактики нарушений здоровья, формирования здорового образа жизни и адекватной «внутренней картины здоровья» (Г. В.Залевский , 2012).

# Психологические факторы здоровья

- 1. Независимые (предшествующие)
- 2. Передающе
- 3. Мотиваторы

# факторы

- **1. Предрасполагающие к здоровью и/или болезни**
  - А) поведенческие паттерны
  - Б) поддерживающие диспозиции (выносливость, оптимизм/пессимизм, сила Я)
  - В) эмоциональные паттерны (алекситимия, репрессивный личностный стиль)
- **2. Когнитивные факторы**
  - А) представления о болезни
  - Б) восприятие риска и уязвимость
  - В) контроль
- **3. Факторы социальной среды**
  - А) социальная поддержка
  - Б) брак и семья
  - В) профессиональное окружение
- **4. Демографические переменные**
  - А) пол, возраст
  - Б) этнические группы и социальные классы

## II. Передающие факторы

- 1. Совладание (копинг)
- 2. Употребление и злоупотребление веществами
- 3. Виды поведения, способствующие здоровью
- 4. Соблюдение правил по поддержанию здоровья и приверженность им.

# III. Мотиваторы

- 1. Стрессоры
- 2. Существование в болезни

# 3. Специальная

## клиническая психология

- 3.1. Психология отдельных психических расстройств
- 3.2. Психология кризисных состояний



## 3.1. Психология отдельных психических расстройств

- Формируется, исходя из специфики отдельных расстройств (депрессии, агорофобии, социальные фобии, алкогольные зависимости, шизофрения и т.д.) и пытается использовать имеющиеся научные данные о проявлениях, эпидемиологии, возникновении, течении и успешной терапии для соответствующего расстройства

## 3.2. Психология кризисных состояний

- *Кризис* – состояние человека при блокировании целенаправленной жизнедеятельности, дискретный момент развития личности

# Лекция 5. Деонтологический аспект в работе клинического психолога

- 1. Универсальная декларация этических принципов для психологов.
- 2. Этика в клинической психологии

# 1. Универсальная декларация этических принципов для психологов.

- 1. Уважение достоинства личности и людей.
- 2. Компетентная забота о благополучии личности и людей
- 3. Честность
- 4. Профессиональная и научная ответственность перед обществом.

## 2. Этика в клинической психологии

- 1) Современные модели медицинской этики
- А) Модель Гиппократата (принцип «не навреди»)
- Б) Модель Парацельса (принцип «делай добро»)
- В) Деонтологическая модель (принцип «соблюдения долга»)
- Г) Биоэтика ( принцип «уважения прав и достоинства личности»)

## 2). Требования к личности клинического психолога

- 1. Принцип гуманного, чуткого отношения к больному человеку.
- 2. Знакомство с историей болезни
- 3. Соблюдение правил деонтологии в ходе проведения патопсихологического обследования (невозмутимость и бесстрастность, оказание помощи,
- 4. Требования к уровню профессиональных знаний психолога
- 5. Принцип конфиденциальности
- 6. Ответственность психолога
- 7. клинико-психологическое обследование не должно быть ятрогенным

# Семинар I. Физическое, психическое и социальное здоровье

## ● *Темы докладов:*

- 1. Физическое здоровье
- 2. Гармония личности
- 3. Психологическая устойчивость личности
- 4. Индивидуально-типологические аспекты психического здоровья
- 5. Социальное здоровье
- 6. Душевное здоровье и культура
- 7. Гендер и здоровье

# Семинар II. Образ жизни

- *Темы докладов*
- 1. Здоровье и образ жизни
- 2. Психология здорового образа жизни
- 3. Отношение к здоровью
- 4. Основы сексуального здоровья
- 5. Психологические аспекты эпидемии ВИЧ/СПИДА (ковид)
- 6. Профилактическая наркология
- 7. Психическая саморегуляция и здоровье



# Семинар III. Жизненный путь

## человека и его здоровье

- *Темы докладов*
- 1. Перинатальная психология
- 2. Программа ранней помощи для детей от рождения до 3 -х лет
- 3. Внутренняя картина здоровья детей и подростков
- 4. Психическое здоровье студентов
- 5. Психология профессионального здоровья
- 6. Работоспособность как критерий профессионального здоровья
- 7. Экстремальные условия деятельности и здоровье человека
- 8. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления
- 9. Психология старения и долголетия