

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ястребов Олег Александрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 10.02.2026 16:08:32
Уникальный программный ключ:
ca953a01204891083f939673078ef1a989dae18a

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы»**

Филологический факультет

(наименование основного учебного подразделения (ОУП)-разработчика ОП ВО)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

(наименование дисциплины/модуля)

Рекомендована МССН для направления подготовки/специальности:

37.05.01 КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

(код и наименование направления подготовки/специальности)

Освоение дисциплины ведется в рамках реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования (ОП ВО):

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

(наименование (профиль/специализация) ОП ВО)

2024 г.

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Технологии сохранения психического здоровья» входит в программу специалитета «Клиническая психология. Психология здоровья» по направлению 37.05.01 «Клиническая психология» и изучается в 4 семестре 2 курса. Дисциплину реализует Кафедра психологии и педагогики. Дисциплина состоит из 2 разделов и 10 тем и направлена на изучение современных технологий обеспечения психологического благополучия человека в условиях российских регионов.

Целью освоения дисциплины является ознакомление с понятием психологическое благополучие человека как интегративное социально-психологическое образование и его практической реализацией в современном обществе; овладение современными технологиями обеспечения психологического благополучия человека в условиях российских регионов.

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Технологии сохранения психического здоровья» направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций (части компетенций):

Таблица 2.1. Перечень компетенций, формируемых у обучающихся при освоении дисциплины (результаты освоения дисциплины)

Шифр	Компетенция	Индикаторы достижения компетенции (в рамках данной дисциплины)
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	УК-6.7 Распределяет задачи на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и анализа ресурсов для их выполнения;
ПК-4	Способен применять современные подходы и методы психологической коррекции и восстановительного обучения с учетом образовательных, клинико-психологических, нозологических, социально-демографических, культуральных и индивидуально-психологических характеристик пациента (взрослых и детей)	ПК-4.2 Определяет цели, задачи и разрабатывает программы психологической коррекции и восстановительного обучения в соответствии с задачами психологической профилактики, лечения и коррекции, реабилитации, психологического (психического) развития взрослых и детей;

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Технологии сохранения психического здоровья» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы высшего образования.

В рамках образовательной программы высшего образования обучающиеся также осваивают другие дисциплины и/или практики, способствующие достижению запланированных результатов освоения дисциплины «Технологии сохранения психического здоровья».

Таблица 3.1. Перечень компонентов ОП ВО, способствующих достижению запланированных результатов освоения дисциплины

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	<p>Правовые и этические основы работы клинического психолога;</p> <p>Введение в профессию;</p> <p>Психология личности;</p> <p><i>Психология профессионального развития личности**;</i></p> <p><i>Теория и практика личностных ресурсов**;</i></p>	<p><i>Тренинг уверенности личности**;</i></p> <p><i>Тренинг самореализации личности**;</i></p> <p>Педагогическая психология;</p> <p>Методика преподавания психологии;</p> <p>Personality and Social Behaviour;</p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере**;</i></p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в системе образования**;</i></p> <p>Педагогическая практика под супервизией;</p> <p>Производственная практика под супервизией;</p>
ПК-4	Способен применять современные подходы и методы психологической коррекции и восстановительного обучения с учетом образовательных, клинико-психологических, нозологических, социально-демографических, культуральных и индивидуально-психологических характеристик пациента (взрослых и детей)		<p><i>Психологическая помощь больным с нейромышечными заболеваниями**;</i></p> <p><i>Психологическая помощь инвалидам детства и членам их семей**;</i></p> <p><i>Нейропсихологическая реабилитация и восстановление психических функций;</i></p> <p><i>Нейропсихология;</i></p> <p><i>Психологическая помощь пожилым людям, оказавшимся в непростой жизненной ситуации**;</i></p> <p><i>Психологическая помощь пожилым людям, инвалидам и их семьям**;</i></p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере**;</i></p> <p><i>Здоровьесберегающие технологии в системе образования**;</i></p> <p><i>Практикум по нейропсихологии;</i></p> <p><i>Психическое здоровье детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации**;</i></p> <p><i>Психическое здоровье одаренных детей**;</i></p> <p><i>Клиническая психология позднего возраста;</i></p>

Шифр	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины/модули, практики*	Последующие дисциплины/модули, практики*
			<i>Психология зависимого поведения;</i> <i>Суицидология;</i> <i>Тренинг уверенности личности**;</i> <i>Тренинг самореализации личности**;</i> <i>Производственная практика под супервизией;</i> <i>Преддипломная практика;</i>

* - заполняется в соответствии с матрицей компетенций и СУП ОП ВО

** - элективные дисциплины /практики

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины «Технологии сохранения психического здоровья» составляет «2» зачетные единицы.

Таблица 4.1. Виды учебной работы по периодам освоения образовательной программы высшего образования для очной формы обучения.

Вид учебной работы	ВСЕГО, ак.ч.		Семестр(-ы)
			4
<i>Контактная работа, ак.ч.</i>	54		54
Лекции (ЛК)	18		18
Лабораторные работы (ЛР)	0		0
Практические/семинарские занятия (СЗ)	36		36
<i>Самостоятельная работа обучающихся, ак.ч.</i>	9		9
<i>Контроль (экзамен/зачет с оценкой), ак.ч.</i>	9		9
Общая трудоемкость дисциплины	ак.ч.	72	72
	зач.ед.	2	2

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 5.1. Содержание дисциплины (модуля) по видам учебной работы

Номер раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (темы)		Вид учебной работы*
Раздел 1	Психологическое благополучие человека как интегративное социально-психологическое образование и его практическая реализация в современном обществе	1.1	Теоретические подходы к изучению психологического благополучия человека. Виды, индикаторы, модели психологического благополучия человека.	ЛК, СЗ
		1.2	Общественное психическое здоровье, как элемент совокупного территориального ресурса. Экономическое бремя в связи низким уровнем психологического благополучия населения российских регионов. Социально-экономические детерминанты психического здоровья населения.	ЛК, СЗ
		1.3	Факторы психологического благополучия человека в современном обществе. Динамика статистических и социологических показателей состояния психического здоровья населения регионов России.	ЛК, СЗ
		1.4	Основные тенденции суицидальной активности, заболеваемости и болезненности психическими расстройствами, инвалидизации вследствие данных заболеваний в регионах России среди взрослого и детского населения.	ЛК, СЗ
		1.5	Компьютерные игры и интернет-аддикция как предиктор роста некоторых психических расстройств среди детей и подростков.	ЛК, СЗ
Раздел 2	Современные технологии обеспечения психологического благополучия человека в условиях российских регионов	2.1	Научное обоснование разработки и реализации программ укрепления и охраны психического здоровья населения с целью сохранения трудового потенциала российского региона.	ЛК, СЗ
		2.2	Комплексный междисциплинарный подход к раннему выявлению, диагностике и лечению тревожно-депрессивных расстройств и суицидальных намерений. Социологическое измерение распространения признаков тревоги, депрессии и невроза (на примере одного из регионов РФ).	ЛК, СЗ
		2.3	Разработка и проведение мониторинга общественного психического здоровья, как объективного отражения действительности в сфере психологического благополучия в регионах РФ.	ЛК, СЗ
		2.4	Фактор стигматизации, препятствующий получению объективных статистических данных об уровне психологического благополучия в российских регионах. Индексы психического самочувствия населения региона.	ЛК, СЗ
		2.5	Индикаторы оценки общественного психического здоровья: индексы настроения, удовольствия от жизни, тревоги, растерянности и депрессии. Различия в стратегиях борьбы со стрессом социально-демографических групп.	ЛК, СЗ

* - заполняется только по **ОЧНОЙ** форме обучения: ЛК – лекции; ЛР – лабораторные работы; СЗ – практические/семинарские занятия.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 6.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Тип аудитории	Оснащение аудитории	Специализированное учебное/лабораторное оборудование, ПО и материалы для освоения дисциплины (при необходимости)
Лекционная	Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная комплектом специализированной мебели; доской (экраном) и техническими средствами мультимедиа презентаций.	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект специализированной мебели; технические средства: Моноблок Lenovo V510z 23" Full HD i5 6400T/8Gb/1Tb/DVDRW/Windows 10 Professional 64/MP1/ВТ/клавиатура/мышь/Ca m/тёмно-серый, имеется выход в интернет, аудиосистема, проектор Epson EB-955W, экран моторизованный. Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, Teams).
Семинарская	Аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом специализированной мебели и техническими средствами мультимедиа презентаций.	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект специализированной мебели; технические средства: Моноблок Lenovo V510z 23" Full HD i5 6400T/8Gb/1Tb/DVDRW/Windows 10 Professional 64/MP1/ВТ/клавиатура/мышь/Ca m/тёмно-серый, имеется выход в интернет, аудиосистема, проектор Epson EB-955W, экран моторизованный. Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, Teams).
Для самостоятельной работы	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся (может использоваться для проведения	Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и

	семинарских занятий и консультаций), оснащенная комплектом специализированной мебели и компьютерами с доступом в ЭИОС.	индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Комплект специализированной мебели, переносной комплект техники: Ноутбук NB IP320-15IKBA LENOVO, проектор BenQ MX532. Экран моторизованный. Программное обеспечение: продукты Microsoft (ОС, пакет офисных приложений, в т.ч. MS Office/Office 365, Teams).
--	--	--

* - аудитория для самостоятельной работы обучающихся указывается **ОБЯЗАТЕЛЬНО!**

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература:

1. Никольский, А. В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : учебник для вузов / А. В. Никольский. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11748-6. URL: <https://urait.ru/bcode/495903>

2. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 381 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11949-7. URL: <https://urait.ru/bcode/491448>

Дополнительная литература:

1. Карапетян Л. В. Исследование благополучия в отечественной психологии // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. 2017. №2 (40). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-blagopoluchiya-v-otechestvennoy-psihologii>

2. Федотовских, Д. Я. Психологическое благополучие: проблемы и подходы к исследованию / Д. Я. Федотовских. — Текст : непосредственный // Исследования молодых ученых : материалы XVI Междунар. науч. конф. (г. Казань, январь 2021 г.). — Казань : Молодой ученый, 2021. — С. 64-66. — URL: <https://moluch.ru/conf/stud/archive/386/16305/>

3. Психологическое благополучие современного человека [Электронный ресурс] : материалы Международной заочной научно-практической конференции (20 марта 2019 г.) / Урал. гос. пед. ун-т ; отв. ред. С. А. Водяха. — Электрон. дан. — Екатеринбург: [б. и.], 2019. <http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/13352/1/konf000329.pdf?ysclid=15i4gto11148541348>

4. Шматова Ю. Е. Динамика статистических и социологических показателей состояния психического здоровья населения России // Проблемы развития территории. 2019. №3 (101). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/dinamika-statisticheskikh-i-sotsiologicheskikh-pokazateley-sostoyaniya-psihicheskogo-zdorovya-naseleniya-rossii>

5. Смолева Е. О. Психическое самочувствие в субъективных оценках населения региона // Вопросы территориального развития. 2018. №5 (45). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihicheskoe-samochuvstvie-v-subektivnyh-otsenках-naseleniya-regiona>

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. ЭБС РУДН и сторонние ЭБС, к которым студенты университета имеют доступ на основании заключенных договоров

- Электронно-библиотечная система РУДН – ЭБС РУДН

<http://lib.rudn.ru/MegaPro/Web>

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <http://www.biblioclub.ru>

- ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>

- ЭБС «Консультант студента» www.studentlibrary.ru

- ЭБС «Троицкий мост»

2. Базы данных и поисковые системы

- электронный фонд правовой и нормативно-технической документации

<http://docs.cntd.ru/>

- поисковая система Яндекс <https://www.yandex.ru/>

- поисковая система Google <https://www.google.ru/>

- реферативная база данных SCOPUS

<http://www.elsevier.com/locate/scopus/>

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся при освоении дисциплины/модуля:*

1. Курс лекций по дисциплине «Технологии сохранения психического здоровья».

* - все учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся размещаются в соответствии с действующим порядком на странице дисциплины **в ТУИС!**

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценочные материалы и балльно-рейтинговая система* оценивания уровня сформированности компетенций (части компетенций) по итогам освоения дисциплины «Технологии сохранения психического здоровья» представлены в Приложении к настоящей Рабочей программе дисциплины.

* - ОМ и БРС формируются на основании требований соответствующего локального нормативного акта РУДН.

РАЗРАБОТЧИК:

Профессор кафедры психологии
и педагогики

Должность, БУП

Подпись

Кудинов Сергей Иванович

Фамилия И.О.

РУКОВОДИТЕЛЬ БУП:

Заведующий кафедрой

Должность БУП

Подпись

Башкин Евгений

Брониславович

Фамилия И.О.

РУКОВОДИТЕЛЬ ОП ВО:

Заведующий кафедрой
психологии и педагогики

Должность, БУП

Подпись

Башкин Евгений

Брониславович

Фамилия И.О.