

Дисципліна	Психологія здоров'я та ЗСЖ
Кафедра	Філософії та суспільно-гуманітарних наук
Рівень ВО	Перший (бакалаврський)
Мета	полягає у формуванні компетентності здорового способу життя; здатності аналізу деструктивних факторів, які впливають на психологічне здоров'я особистості; здатності усвідомлення та знаходження смислу у гармонії людини із самим собою та оточуючим світом.
Зміст (теми) дисципліни	Тема 1. Психологія здоров'я як наука.- Тема 2. Здоров'я як системне поняття. Фізичне, психічне та соціальне здоров'я. Тема 3. Основні уявлення про здорову особистість. Тема 4. Внутрішня картина здоров'я. Тема 5. Психологічний захист та психологічна стійкість особистості. Тема 6. Психологічні механізми забезпечення психічного здоров'я. Тема 7. Життєвий шлях людини та її здоров'я. Тема 8. Особистість і стрес. Тема 9. Здоровий спосіб життя. Тема 10. Стиль життя і залежності. Психологічна проблематика залежностей. Тема 11. Психологія професійного здоров'я. Професійне вигорання та ресурси його подолання. Тема 12. Психологія старіння та довголіття.