

Дисципліна	Психологія здоров'я та ЗСЖ
Кафедра	Психології 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	<p>Тема 1. Психологія здоров'я як наука.-</p> <p>Тема 2. Здоров'я як системне поняття. Фізичне, психічне та соціальне здоров'я.</p> <p>Тема 3. Основні уявлення про здорову особистість.</p> <p>Тема 4. Внутрішня картина здоров'я.</p> <p>Тема 5. Психологічний захист та психологічна стійкість особистості.</p> <p>Тема 6. Психологічні механізми забезпечення психічного здоров'я.</p> <p>Тема 7. Життєвий шлях людини та її здоров'я.</p> <p>Тема 8. Особистість і стрес.</p> <p>Тема 9. Здоровий спосіб життя.</p> <p>Тема 10. Стиль життя і залежності. Психологічна проблематика залежностей.</p> <p>Тема 11. Психологія професійного здоров'я. Професійне вигорання та ресурси його подолання.</p> <p>Тема 12. Психологія старіння та довголіття.</p>