



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 1/7

### ФАКУЛЬТЕТ МЕДИЦИНЫ ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ 0912.1 МЕДИЦИНА КАФЕДРА МЕНЕДЖМЕНТА И ПСИХОЛОГИИ

УТВЕРЖДЕНА

на заседании Комиссии по обеспечению  
качества и оценке учебной программы  
Факультет Медицины  
Протокол № \_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Председатель, доктор хабилитат  
медицинских наук, доцент  
Суман Сергей \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНА

на заседании Консилиума Факультета  
Медицины  
Протокол № \_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Декан факультета, доктор медицинских  
наук, доцент  
Плэчинтэ Георге \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНА

на заседании Кафедры Менеджмента и  
Психологии  
Протокол № 11 от 14.02.2018  
Заведующий кафедрой, доктор медицинских  
наук, профессор  
Спинея Лариса \_\_\_\_\_

### УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Тип курса: **Предмет свободного выбора**

Кишинев, 2018



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 2/7

### I. ВВЕДЕНИЕ

- **Общее представление предмета: место и роль предмета в формировании конкретных компетенций программы профессионального обучения /специальности**

Необходимость и полезность курса «*Психология здоровья*» для студентов-медиков заключается в том, что они являются теми, кто продвигает индивидуальное и социальное здоровье.

Цель Психологии здоровья - предоставить знания о факторах, которые сохраняют здоровье и о факторах, которые негативно влияют на здоровье и которые вызывают состояние заболевания. Основными разделами предмета являются: психология здоровья, ситуации и факторы, которые влияют на здоровье, объяснительные модели болезни и здоровья, психосоматика и роль психологических факторов в состоянии здоровья и болезни, психологическое воздействие болезни.

Целями Психологии здоровья являются:

- Продвижение здоровья;
- Поддержание здоровья;
- Образование для здоровья;
- Предотвращение болезней;
- Выявление когнитивных, эмоциональных, поведенческих и социальных факторов с ролью в этиологии и развитии острых и хронических заболеваний;
- Понимание опыта болезни.

#### **Миссия учебной программы (цель) в профессиональном обучении**

Предоставить студентам знания о концепциях психологии здоровья, а также разработать навыки понимания воздействия биологических, психологических и социальных факторов, которые способствуют возникновению, поддержанию состояния болезни и восстановлению здоровья.

- **Язык обучения предмета:** румынский.

• **Адресаты:** студенты V года, семестр IX, факультет Медицина 1, специальность ОБЩАЯ МЕДИЦИНА

### II. УПРАВЛЕНИЕ ПРЕДМЕТОМ

Код предмета	Предмет свободного выбора		
Название предмета	Психология здоровья		
Ответственный (-е) за предмет	Доктор психологии, доцент <b>Наталья Данилюк</b>		
Год	V	Семестр/семестры	9
Общее количество часов, включая:	60		
Лекции	10	Практические работы	12
Семинары	13	Индивидуальная работа	25
Форма оценки	CD	Количество баллов	2

### III. ЦЕЛИ ОБУЧЕНИЯ В РАМКАХ ПРЕДМЕТА

*По окончании курса студент сможет:*

**Узнать:**

- знать основные понятия, которые служат научно-практической структуре предмета;
- иметь возможность идентифицировать факторы, которые поддерживают состояние здоровья и факторы, влияющие на возникновение и поддержание состояния болезни;
- понимать последствия рискованного поведения для здоровья и жизни;
- уметь объяснять модели здоровья и болезней;
- понимать, насколько отношение людей к здоровью/заболеванию влияет на качество жизни.

**Применить:**

- иметь возможность определять и понимать важность психологических факторов, связанных с поддержанием здоровья, и теми, которые приводят к возникновению болезней;



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 3/7

- иметь возможность выявлять и применять наиболее эффективные методы управления стрессом;
- осознавать необходимость психологической помощи в восстановлении здоровья;
- иметь возможность оценивать свое собственное поведение в отношении здоровья;
- развивать активные и эмпатические навыки слушания.

### ***Интегрировать:***

- сформировать широкий и подробный взгляд на факторы, которые поддерживают здоровье и те, что поддерживают и вызывают болезнь;
- психологические знания, полученные в контексте будущей профессии;
- взгляды в поддержку новых идей;
- развивать навыки общения, необходимые для информирования и укрепления здоровья;
- быть открытым для сотрудничества и гибким в мышлении в решении различных проблем связанных со здоровьем;
- оптимальные решения в области укрепления здоровья;
- важные знания и навыки в практических областях, связанных с психологией здоровья.

### **IV. ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ УСЛОВИЯ И ТРЕБОВАНИЯ**

Основные знания из следующих областей: Общая психология, Медицинская психология, Психология возраста, Физиология/Патофизиология, Внутренние болезни.

### **V. ТЕМАТИКА И ОРИЕНТАТИВНОЕ РАСПИСАНИЕ ЧАСОВ**

#### ***Лекции, практические работы/лабораторные работы, семинары и индивидуальная работа***

№	ТЕМА	Количество часов			
		Л	ПР	С	ИР
1.	Психология здоровья. Разграничение области исследований. Цели. Связь психологии здоровья с другими предметами.	2	-	-	2
2.	Модели здоровья и болезни. Определение здоровья и болезни. Компоненты и степени здоровья.	2	-	-	1
3.	Психологическое воздействие болезни. Роль и поведение пациента. Значение и отношение пациента к болезни.	2	-	-	2
4.	Психология боли. Определение. Типы, причины и теории боли. Восприятие боли.	-	2	2	2
5.	Психосоматика. Роль психологических, социальных и биологических факторов, связанных со здоровьем и болезнью.	2	2	-	2
6.	Позитивное мышление. Воздействие позитивного мышления на здоровье и качество жизни. Самоуважение и уверенность в себе.	-	-	2	2
7.	Стресс. Определение. Классификация. Последствия стресса, методы профилактики и преодоления стресса. Синдром выгорания: определение, причины, последствия, методы предотвращения.	-	2	3	4
8.	Роль поведенческих факторов в здоровье и болезни. Образ жизни и здоровье. Потребление/злоупотребление алкоголем. Табакизм: причины и последствия. Пищевое поведение.	2	-	2	3
9.	Сердечно-сосудистые заболевания. Определение. Причины, последствия и вмешательство/ психологическая помощь для сердечных пациентов.	-	2	2	3
10.	ВИЧ/СПИД. Определение. Краткая история. Группа риска. Методы заражения, защиты и лечения.	-	2	2	2



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 4/7

№	TEMA	Количество часов			
		Л	ПР	С	ИР
11	Общение. Определение и общая характеристика. Типы, стратегии коммуникации и укрепления здоровья.	-	2	-	2
<b>В общем:</b>		<b>10</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>25</b>

### VI. СПРАВОЧНЫЕ ЦЕЛИ И СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЕ ЕДИНИЦЫ

Цели	Содержательные единицы
<b>Тема (глава) 1.</b> Психология здоровья. Область исследований и фундаментальные концепции. <ul style="list-style-type: none"><li>• дать определение основным понятиям психологии здоровья</li><li>• знать цели психологии здоровья</li><li>• демонстрировать способность анализировать и систематизировать знания.</li><li>• применять критерии оценки факторов, влияющих на здоровье</li><li>• интегрировать знания о содействии здоровому образу жизни в повседневной жизни.</li></ul>	Основные понятия психологии здоровья. Цели психологии здоровья. Определение области исследования. Определение понятий нормальности и ненормальности в медицине, психологии и социологии.
<b>Тема (глава) 2.</b> Общие характеристики здоровья, болезни и боли. <ul style="list-style-type: none"><li>• дать определение понятию здоровья/болезни и боли</li><li>• знать объяснительные модели заболевания</li><li>• осознавать механизмы, связанные с исцелением и заболеванием.</li><li>• понять психологическое воздействие болезни</li></ul>	Общие характеристики здоровья и то, что может повлиять на него. Подчеркивание механизмов, способствующих болезни. Аффективные состояния, вызванные болезнью и болью. Восприятие боли, болевые пороги и т. д.
<b>Тема (глава) 3.</b> Психосоматика. Вмешательство психологических, социальных и биологических факторов, связанных со здоровьем и болезнью. <ul style="list-style-type: none"><li>• определить основные критерии соматического заболевания, психического расстройства/соматического заболевания</li><li>• быть знакомым с основными международными классификациями соматических и психических расстройств</li><li>• продемонстрировать способность анализировать причины появления расстройств</li><li>• интегрировать знания о психосоматических нарушениях в области медицины</li></ul>	Определение и общая характеристика психосоматических расстройств. Классификация психосоматических расстройств. Психологические аспекты и практические рекомендации.
<b>Тема (глава) 4.</b> Позитивное мышление. Стресс и его последствия для жизни. <ul style="list-style-type: none"><li>• осознать важность положительных мыслей, эмоций в поддержании здоровья</li><li>• определить понятие стресса</li><li>• выделить типы стресса</li><li>• применять конструктивные методы управления стрессом</li><li>• знать причины появления синдрома выгорания</li><li>• применять методы управления или предотвращения синдрома выгорания.</li></ul>	Влияние позитивного мышления на жизнь и здоровье. Определение стресса, типы и методы управления стрессом. Синдром выгорания и способы его предотвращения. Предрасполагающие и ускоряющие факторы синдрома.
<b>Тема (глава) 5.</b> Роль поведенческих факторов в здоровье и болезни.	



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 5/7

Цели	Содержательные единицы
<ul style="list-style-type: none"><li>перечислить поведенческие факторы, связанные со здоровьем и болезнью</li><li>определить и охарактеризовать здоровый образ жизни</li><li>быть осведомленным о факторах, связанных с злоупотреблением алкоголем, курением, едой и т. д.</li><li>применять методы для продвижения здорового образа жизни</li></ul>	<p>Определение и выделение компонентов образа жизни.</p> <p>Причины злоупотребления различными веществами.</p> <p>Последствия злоупотреблений.</p> <p>Методы лечения в случае злоупотребления алкоголем, табаком и т. д.</p> <p>Методы предотвращения и продвижения здорового поведения.</p>
<b>Тема (глава) 6.</b> Сердечно-сосудистые заболевания. ВИЧ/СПИД.	
<ul style="list-style-type: none"><li>определить основные причины возникновения сердечно-сосудистых заболеваний</li><li>перечислить последствия сердечно-сосудистых заболеваний</li><li>оказывать эмоциональную помощь и поддержку сердечным пациентам</li><li>определить и дифференцировать ВИЧ-инфицированных пациентов от лиц со СПИД-ом</li><li>определить группы риска по ВИЧ-инфекции</li><li>перечислить методы заражения и профилактики ВИЧ</li></ul>	<p>Определение и общая характеристика сердечно-сосудистых заболеваний.</p> <p>Причины и последствия болезней.</p> <p>Методы медицинской и психологической помощи сердечно-сосудистых больных.</p> <p>Характеристика и общее описание того, что представляет собой ВИЧ/СПИД.</p> <p>Группы риска для инфицирования ВИЧ/СПИД-ом.</p> <p>Способы заражения и защиты.</p>
<b>Тема (глава) 7.</b> Общение и продвижение здоровья.	
<ul style="list-style-type: none"><li>определить аспекты общения</li><li>перечислить типы общения и барьеры</li><li>определить эффективные/позитивные коммуникационные стратегии</li><li>продемонстрировать эффективные коммуникативные навыки в продвижении здоровья</li><li>и применять их в медицинской практике.</li></ul>	<p>Определение и характеристика процесса общения.</p> <p>Выделение типов общения.</p> <p>Барьеры для общения.</p> <p>Эффективное/конструктивное общение.</p> <p>Методы продвижения здоровья.</p>

## VII. СПЕЦИФИЧЕСКИЕ (СС) И ТРАНСВЕРСАЛЬНЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ (ТС) И ЗАВЕРШЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

### ✓ СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ (СС)

- СС 1. Идентификация и использование концепций, принципов и теорий психологии здоровья в профессиональной деятельности.
- СС 2. Хорошее знание, понимание и работа с теоретическими знаниями и основными практическими методами психологии здоровья.
- СС 3. Хорошее знание и практическое применение психологических знаний по отношению к пациенту с учетом возраста и характера человека, специфики патологии и опыта пациента с врачами для обеспечения положительного взаимодействия.
- СС 4. Профессиональное владение принципами поддерживания здоровья глаз и выяснение причин и условий, влияющих на динамику зрительной инвалидности.

### ✓ ТРАНСВЕРСАЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ (ТС)

- ТС1. Применение строгих и эффективных рабочих правил, проявление ответственного отношения к



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 6/7

научной и дидактической области, для оптимальной и творческой оценки собственного потенциала в конкретных ситуациях, со соблюдением принципов и норм профессиональной этики;

- ТС2. Обеспечение эффективного развития и продуктивное участие в деятельности команды.
- ТС3. Определение возможностей непрерывного обучения и эффективное использование учебных ресурсов и методов для собственного развития.

### ✓ ЗАВЕРШЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

По окончании изучения курса, студент сможет:

- *Знать*: компоненты, характерные для здоровья и болезни;
- Знать качества и оптимальное поведение для успешного практикования медицины.
- Уметь определять основные типы отношений пациентов и способы взаимодействия с ними;
- Формулировать оптимальные решения по оказанию помощи пациентам в критических ситуациях;
- *Применять* методы психологического познания людей в профессиональной деятельности и в повседневной жизни;
- *Применять различные* способы психологической и моральной поддержки различных типов пациентов.

### VIII. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

№	Ожидаемый результат	Стратегии реализации	Критерии оценки	Срок реализации
1.	Работа с книгами и ИТ (Информационными технологиями)	Систематическая работа в библиотеке и медиатеке. Изучение текущих электронных источников по обсуждаемой теме.	1. Качество сформированных суждений, логическое мышление, гибкость. 2. Качество систематизации информационного материала полученного через собственную деятельность.	В течение семестра
2.	Доклад	Анализ соответствующих источников по теме доклада. Анализ, систематизация и обобщение информации по предлагаемой теме. Составление доклада в соответствии с действующими требованиями и его презентация на кафедре.	1. Качество систематизации и анализа информационного материала полученного через собственную деятельность. 2. Согласование информации с предлагаемой темой.	В течение семестра
3.	Анализ тематического исследования	Выбор и описание тематического исследования Анализ причин проблем, поднятых в тематическом исследовании. Прогноз исследуемого случая. Дедукция ожидаемого результата дела.	1. Анализ, синтез, обобщение данных, полученных посредством собственного исследования. 2. Формирование информационного алгоритма на основе полученных заключений.	В течение семестра

### IX. МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ-ИЗУЧЕНИЯ-ОЦЕНКИ

- *Используемые методы обучения и изучения*

Изложение, интерактивная лекция, эвристический разговор, проблематизация, мозговой штурм,



## CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ

Redacția: 06

Data: 04.09.2017

Pag. 7/7

grupovă lucru, învățare individuală, lucru cu text manual și științific, dezbateri, rezolvare situațiilor problematice, jocuri de rol, interacțiune audiovizuală.

- **Metode de evaluare** (inclusiv indicarea modului în care se calculează evaluarea finală)

**Teacă:** control frontal și/sau control individual prin intermediul

- (a) aplicarea testelor psihologice
- (b) rezolvarea problemelor/exercițiilor
- (c) analiza studiilor tematice
- (d) jocuri de rol pe teme de discuție
- (e) lucrări de control

**Finală:** Examen

**Evaluarea finală** va fi realizată dintr-un punctaj mediu din două lucrări de control (pondere 0,5), lucrare individuală (pondere 0,2) și test final (pondere 0,3).

### Modul de rotunjire a evaluărilor finale

Evaluarea sumărilor punctajelor teacă și a examenului final	Evaluarea finală	Ecivalent ECTS
1,00-3,00	2	F
3,01-4,99	4	FX
5,00	5	E
5,01-5,50	5,5	
5,51-6,0	6	
6,01-6,50	6,5	D
6,51-7,00	7	
7,01-7,50	7,5	C
7,51-8,00	8	
8,01-8,50	8,5	B
8,51-9,00	9	
9,01-9,50	9,5	A
9,51-10,0	10	

Incăpăcibilitatea de a participa la examen fără o cauză respectabilă este înregistrată ca «absență» și este ecivalentă 0 (zero). Studentul are dreptul la 2 încercări nereușite la examen.

## X. RECOMENDĂRILE BIBLIOGRAFICE:

### A. Obligatorie:

1. N. Oprea, M. Revenco și alții “Psihologia generală și medicală”, Chișinău, 1993
2. Ețco C., Cernițanu M., Fornea Iu., Daniliuc N., Căărăuș M., Goma L. Psihologie medicală (suport de curs). Chișinău. Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, 2013; 270 p.
3. Băban A. Psihologia sănătății (suport de curs electronic pentru învățământul la distanță). Universitatea „Babeș-Boia”. Cluj-Napoca, 2009; 96 p.
4. Iamandescu I. B. Manual de psihologie medicală. București. Editura Infomedica, 1995.
5. Taylor S. E. Health psychology (3th edition). New York. Random House, 1986.
6. Ogden J., Health psychology. USA. 2000.

### B. Adăugătoare:

1. Kaplan R., Sallis J., Patterson T. Health and human behavior. New York. Mc Grow-Hill, 1993.
2. Gatchel R. Introduction to health psychology. New York. Mc Grow-Hill, 1989.
3. Pitts M., Phillis K. The psychology of health. London. Routledge, 1991.
4. Murphy J. Puterea extraordinară a subconștientului tău. București. Deceneu, 1998; 189 p.
5. Zlate M. (coord.) Psihologia la răspântia mileniilor. Iași. Polirom, 2001, 431 p.