

Министерство науки и высшего образования  
Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Донецкий государственный университет»

Филологический факультет

Кафедра психологии



УТВЕРЖДАЮ  
проректор

*П.А. Машаров*

П.А. Машаров

«29» марта 2024 г.

МП

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ**

Укрупненная группа направлений  
подготовки

Программа высшего образования

Направление подготовки

Профиль подготовки

Квалификация

Форма обучения

44.00.00 Образование и педагогические науки

Программа бакалавриата

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя  
профилями подготовки)

Английский язык и психология

Бакалавр

очная

Рабочая программа адаптирована для лиц  
с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Донецк 2024

Рабочая программа дисциплины «Психология здоровья» для обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (Профиль: Английский язык и психология) составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «22» февраля 2018 г. № 125 (с изменениями и дополнениями), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры от 06.04.2021 г. № 245 (с изм. и доп.), в соответствии с учебным планом, утвержденным Ученым советом ФГБОУ ВО «ДонГУ» для набора 2024 года.

Разработчик:  
старший преподаватель  
кафедры психологии



Н. С. Хвасько

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры психологии  
Протокол от 26.03.2024 г. № 11.

Заведующий кафедрой



А. В. Гордеева

СОГЛАСОВАНО:

И.о. декана факультета иностранных языков  
28.03.2024 г.



Е. И. Петрищева

Учебно-методическая комиссия факультета иностранных языков.

Протокол от 27.03.2024 г. № 4.

Председатель



О. Л. Бессонова

Руководитель основной профессиональной  
образовательной программы,  
д-р фил. наук, проф.  
26.03.2024 г.



О. Л. Бессонова

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Требования к предварительной подготовке обучающихся, предшествующие и сопутствующие дисциплины, на которых основывается изучение данной:

«Общая психология», «Возрастная психология».

1.2. Дисциплины, курсовые работы и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее:

«Патопсихология», «Психолого-психологическое сопровождение образования», «Специальная психология», используются при написании выпускной квалификационной работы

## 2. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Общая характеристика

Наименование показателя	Значение показателя
Название образовательной программы	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Профиль: Английский язык и психология
Шифр и название в соответствии с учебным планом	Б1.В.ДВ.3.2 Психология здоровья
Часть образовательной программы	Дисциплина по выбору: выбор обучающегося
Количество зачетных единиц / всего часов	2 / 72

### 2.2. Распределение часов по формам и периодам обучения

Форма обучения	курс	семестр	Общее количество часов					Форма контроля
			лекционных	лабораторных	практических	самостоятельной работы	всего	
Очная	4	7	14	–	14	44	72	зачет
Очная, всего								

## 3. ЦЕЛИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения дисциплины – формирование у обучающихся общепрофессиональных компетенций в области психологии здоровья.

Задачи:

- освоение основных форм практического использования знаний по психологии здоровья;
- овладение студентами принципами и методами психологии здоровья;
- формирование у студентов методологических основ анализа протекания психических процессов в норме и патологии;

**4. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ  
ОСВОЕНИЯ КОМПОНЕНТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ, ИХ ИНДИКАТОРЫ  
И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

Компетенции	Индикаторы	Результаты обучения
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ИОПК-3.1. Знает педагогически обоснованные формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.	ИОПК-3.1.1. Умеет использовать психолого-педагогически обоснованные методы работы. ИОПК-3.1.2. Знает стандартизированные методы и методики диагностики психических явлений. ИОПК-3.1.3. Умеет руководить учебными группами, коллективами, мотивировать участников процесса обучения и воспитания на высокие учебные достижения и эффективное общение
ПК-1. Способен организовывать и осуществлять психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в образовательных организациях общего, профессионального и дополнительного образования, сопровождение основных и дополнительных образовательных программ.	ИПК-1.5. Умеет осуществлять психологическую диагностику детей и обучающихся, осуществлять скрининговые исследования, составлять психолого-педагогические заключения.	ИПК-1.5.1. Знает основные понятия и определения психодиагностики: ИПК-1.5.2. Умеет определять признаки психических процессов, свойств, состояний личности при помощи психологических методов и методик ИПК-1.5.3. Владеет методологией психологии для решения научных и практических задач в других прикладных областях психологии.
ПК-2. Способен оказывать психолого-педагогическую помощь лицам с ограниченными возможностями здоровья, испытывающими трудности в освоении основных общеобразовательных	ИПК-2.1. Знает методы и приемы психолого-педагогического просвещения субъектов образовательного процесса в области работы по поддержке лиц с ограниченными возможностями	ИПК-2.1.1. Знает основные методические подходы (экспериментально-психологический), методы практической психологии, ИПК-2.1.2. умеет устанавливать внутреннюю картину болезни, виды отклоняющегося поведения, биопсихосоциальные механизмы формирования личности, ИПК-2.1.3. владеет методологией планирования, проведения и обработки

программ, развитии и социальной адаптации, в том числе несовершеннолетним обучающимся, признанным в случаях и в порядке, которые предусмотрены уголовно-процессуальным законодательством, подозреваемыми, обвиняемыми или подсудимыми по уголовному делу либо являющимися потерпевшими или свидетелями преступления.	здоровья, детей и обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации.	результатов психологического исследования в массовых психопрофилактических исследованиях различных групп здорового населения.
	ИПК-2.5. Знает и умеет проводить психологическую диагностику особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, в том числе несовершеннолетних обучающихся с девиантным и делинквентным поведением.	ИПК-2.5.1 Знает особенности установления контакта, создания доверительной и безопасной атмосферы в процессе психологической диагностики личности ИПК-2.5.2 Умеет проводить анализ биографического и психологического анамнеза культурно-образовательного и социального уровня обследуемого ИПК-2.5.3 Владеет навыками комплексного психологического обследования адекватного клиническому запросу

## 5. ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Название темы	Краткое содержание темы (вопросы темы)
Раздел 1. Теоретические и методологические основы психологии здоровья	
1. Психология здоровья как новое научно-практическое направление современной психологии	<p>1.1 Комплексность и междисциплинарный характер психологии здоровья.</p> <p>1.2 Взаимосвязь психологии здоровья с другими науками. Связь психологии здоровья с психогигиеной и психопрофилактикой.</p> <p>1.3 Вклад В.М. Бехтерева в разработку проблемы психического здоровья личности.</p> <p>1.4 Современные направления исследований в области психологии профессионального здоровья.</p>
2. Функции, критерии и компоненты профессионального здоровья	<p>2.1 Отношение к здоровью, как один из элементов самосохранительного поведения.</p> <p>2.2 Работоспособность как важнейший критерий профессиональной работоспособности.</p> <p>2.3 Стресс, как нарушение в функционировании физиологических механизмов.</p>

	2.4 Организационные стресс-факторы и факторы риска возникновения и развития профессиональных заболеваний.
3. Оценка и самооценка профессионального здоровья	3.1 Оценка и самооценка физического здоровья. 3.2 Оценка и самооценка психического здоровья. 3.3 Структура и признаки психологического здоровья личности. 3.4 Критерии и оценка социального здоровья.
Раздел 2. Факторы здоровья человека	
4. Влияние внешних и внутренних факторов на здоровье человека	4.1 Описание факторов в работах Д. П. Дербенева, И. Н. Гурвича, Л. В. Куликова. 4.2 Влияние внешних (биологические; социально-психические: микросоциальные; прочие социальные и психологические; поведенческие) и внутренних факторов на здоровье человека. 4.3 Значимость социального фактора. 4.4 Влияние внутренних факторов (индивидуальные особенности, потребности, пол, возраст, интеллектуально-личностные особенности).
5. Методы диагностики уровня стресса	5.1 Диагностика психического состояния и уровня стресса. 5.2 Диагностика стрессоустойчивости и индивидуально-психологических особенностей, влияющих на предрасположенность к стрессу. 5.3 Анализ стиля жизни и выявление копинг-стратегий. 5.4 Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
6. Методы развития ресурсов стрессоустойчивости	6.1 Методы и средства преодоления стресса и выгорания у представителей коммуникативных профессий. 6.2 Теоретические исследования в области ресурсов преодоления стресса и выгорания. 6.3 Классификация личностных, социальных и поведенческих ресурсов стрессоустойчивости. 6.4 Влияние целей, ценностей, убеждений, установок на здоровье и самочувствие личности. Отношением к религии, поиску смысла жизни, системе верований. 6.5 Влияние родительских сценариев и самореализующихся предсказаний на жизненный путь личности.

## 6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Форма обучения – очная, курс – 4, семестр – 7

Наименования разделов и тем	Количество часов				
	Лекц.	Лабор.	Практ.	СРС	Всего

Раздел 1. Теоретические и методологические основы психологии здоровья	<b>6</b>		<b>6</b>	<b>20</b>	<b>32</b>
1. Психология здоровья как новое научно-практическое направление современной психологии	2		2	6	10
2. Функции, критерии и компоненты профессионального здоровья	2		2	7	11
3. Оценка и самооценка профессионального здоровья	2		2	7	11
Раздел 2. Факторы здоровья человека	<b>8</b>		<b>8</b>	<b>24</b>	<b>40</b>
4. Влияние внешних и внутренних факторов на здоровье человека	2		2	8	12
5. Методы диагностики уровня стресса	3		3	8	14
6. Методы развития ресурсов стрессоустойчивости	3		3	8	14
ИТОГО ПО КОМПОНЕНТУ ОПОП	<b>14</b>	–	<b>14</b>	<b>44</b>	<b>72</b>

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (СРЕДСТВА) ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 7.1. Контрольные вопросы

#### Раздел 1. Теоретические и методологические основы психологии здоровья

1. Современные направления исследований в области психологии профессионального здоровья.
2. Системный подход к определению здоровья.
3. Разработки в области критериев здоровой личности.
4. Уровни здоровья: физическое, психическое, психологическое, социальное, профессиональное.
5. Понятие «физическое здоровье». Факторы физического здоровья. Психическое здоровье.
6. Нарушения психического здоровья.
7. Описания психологического здоровья в различных теориях личности.
8. Социальное здоровье.
9. Социальные изменения и здоровье общества.
10. Отношение к здоровью, как один из элементов самосохранительного поведения.
11. Работоспособность как важнейший критерий профессиональной работоспособности.
12. Стресс, как нарушение в функционировании физиологических механизмов.
13. Организационные стресс-факторы и факторы риска возникновения и развития профессиональных заболеваний.
14. Критерии и оценка социального здоровья.

#### Раздел 2. Факторы здоровья человека

15. Описание внешних и внутренних факторов в работах Д. П. Дербенева, И. Н. Гурвича, Л. В. Куликова.
16. Влияние внешних и внутренних факторов на здоровье человека.
17. Значимость социального фактора.
18. Влияние внутренних факторов на здоровье человека.
19. Теория стресса.
20. Классификация причин стрессов.
21. Влияние стрессов на рабочие показатели и эффективность деятельности организации.

22. Последствия влияния стрессовых факторов на организм и психику человека на уровне поведенческих реакций, в сфере познавательных процессов, в психомоторике, в особенностях протекания физиологических реакций.
23. Биохимические показатели состояния стресса.
24. Причины стрессов, характерных для профессий «Человек-Человек».
25. Специфика стрессов в управленческой деятельности.
26. Специфика стрессоров менеджеров низшего, среднего и высшего звена.
27. Психологические факторы и организационные причины, вызывающие стресс на рабочем месте и влияющие на организационное поведение работников.
28. Диагностика психического состояния и уровня стресса.
29. Диагностика стрессоустойчивости и индивидуально-психологических особенностей, влияющих на предрасположенность к стрессу.
30. Анализ стиля жизни и выявление копинг-стратегий.
31. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
32. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления.
33. Подходы к описанию феномена выгорания.
34. Процессуальные модели выгорания Дж. Гринберга, модель Б. Перлмана и Е.А.Хартмана.
35. Фазовая модель выгорания Голембиевского и Мунзенридера.
36. Влияние выгорания на здоровье и психологическое самочувствие менеджеров.
37. Программы профилактики выгорания у менеджеров.
38. Методы снижения риска выгорания персонала в организации.
39. Синдром хронической усталости, профессиональные деформации личности, трудовоголизма, прокрастинация, моббинг, буллинг, агрессия на работе.

#### 7.2. Темы докладов (рефератов)

40. 1. Понятие «физическое здоровье». Факторы физического здоровья. Психическое здоровье.
41. Нарушения психического здоровья.
42. Описания психологического здоровья в различных теориях личности.
43. Социальное здоровье.
44. Социальные изменения и здоровье общества.
45. Отношение к здоровью, как один из элементов самосохранительного поведения.
46. Работоспособность как важнейший критерий профессиональной работоспособности.
47. Стресс, как нарушение в функционировании физиологических механизмов.
48. Организационные стресс-факторы и факторы риска возникновения и развития профессиональных заболеваний.
49. Понятия «профессиональное здоровье», «надежность профессиональной деятельности», «профессиональная адаптация», «здоровый образ жизни».
50. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности.
51. Психологическая безопасность труда.
52. Психологические и личностные факторы, влияющие на отношение менеджеров к своему здоровью.
53. Оценка и самооценка физического здоровья.
54. Оценка и самооценка психического здоровья.
55. Структура и признаки психологического здоровья личности.
56. Критерии и оценка социального здоровья.
57. Описание внешних и внутренних факторов в работах Д. П. Дербенева, И. Н. Гурвича, Л. В. Куликова.

#### 7.3. Темы письменных работ (типы задач)



### Ситуационная задача 1.

Женщина И., 42 года. Восемь лет страдает от алкогольной зависимости. У нее отмечается хроническая фрустрация базовых потребностей: в безопасности, в защищенности, в принадлежности к социальной группе, в привязанности, внимании и любви со стороны окружающих. Поменялось содержание потребностей и мотивов, их структура. Смыслообразующий мотив поведения – потребность в алкоголе, все остальные потребности отходят на задний план.

Вопросы:

1. Укажите вид деструкции личности у женщины И.
2. Перечислите частные деструктивные изменения личности.
3. Перечислите глубокие деструктивные изменения личности.
4. Дайте определение здоровья по ВОЗ.
5. Дайте определение образа жизни по Лисицину.

### Ситуационная задача 2.

Мужчина А., 27 лет, ведет здоровый образ жизни. При этом: ориентируется на постоянное личностное развитие, доверяет собственным ресурсам, другим людям, жизни в целом. Обладает высоким уровнем саморегуляции и способностью адекватного приспособления к меняющимся условиям среды.

Вопросы:

1. К какому виду здоровья можно отнести мужчину в данной задаче?
2. Опишите три компонента данного вида здоровья по Ф.Р. Филатову.
3. Какие еще можно выделить критерии описанного в задаче вида здоровья?
4. Опишите критерии физического здоровья.
5. Опишите основные признаки физического нездоровья.

### Ситуационная задача 3.

Василий, 29 лет. Женат. Врач-терапевт. Пришел работать в областную больницу и столкнулся с жесткими принципами начальства. Неуважение в сторону В. не выбило его из равновесия. Он также целеустремленно и настойчиво проявлял себя в своей деятельности. По характеру Василий дисциплинированный, решительный и настойчивый, всегда доводит дело до конца.

Вопросы:

1. Дайте определение понятию «психологическая устойчивость личности».
2. Какие компоненты психологической устойчивости Вы знаете?
3. Перечислите факторы, формирующие здоровье.
4. Охарактеризуйте понятие «верование».
5. Назовите главный критерий психического здоровья.

### Ситуационная задача 4.

Девушка К. в повседневной жизни энергичная и подвижная девушка, постоянно занята изучением чего-то нового, имеет множество друзей и знакомых. В коллективе проявляет себя как лидер. На работе она стремится любыми способами достичь успеха, даже если для этого придется «идти по головам», вследствие чего зачастую у неё возникают проблемы в сфере межличностных отношений. Для неё важно быть всегда и во всём лучше остальных, мечтает достичь высот в карьере. В ситуациях постоянного стресса появляется бессонница, а так же дискомфорт в области сердца. Чтобы успокоиться, предпочитает выкуривать пару сигарет.

Вопросы:

1. Дайте определение понятию «внутренняя картина здоровья».
2. Какие компоненты включает в себя внутренняя картина здоровья?
3. Перечислите элементы «цветка потенциалов» В.А. Ананьева.

4. К какому диспозиционному типу относится К.?
5. Укажите симптомы стресса, свойственные данному типу.

Ситуационная задача 5.

В поликлинику по месту жительства обратилась женщина 36 лет для прохождения дополнительной диспансеризации, после прохождения которой пациентка отнесена к первой группе диспансерного наблюдения. На приеме пациентка интересовалась мероприятиями, необходимыми для поддержания своего здоровья.

Вопросы:

1. Куда необходимо направить данную женщину?
2. Перечислите какие исследования необходимо провести данной пациентке?
3. Сколько раз в год необходимо проходить данные обследования?
4. Какие вопросы о образе жизни необходимо задать данной пациентке?
5. Какие рекомендации должна получить женщина после прохождения обследований?

## 8. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ, КОТОРЫЕ ПОЛУЧАЮТ ОБУЧАЮЩИЕСЯ

Общая оценка знаний обучающихся по дисциплине проводится по 100-балльной шкале исходя из максимума, приведенного в таблице ниже. Организационно-учебная работа в аудитории оценивается на основе таких критериев как посещаемость занятий, своевременное и качественное выполнение домашних заданий, активность во время проведения лекционных и практических занятий (участие в обсуждении текущего и пройденного материала, решение задач и т.п.).

### 8.1. Семестр 7, очная форма обучения

Номера разделов	Виды работ	Максимальное количество баллов
Раздел 1	Организационно-учебная работа студента	12
	Самостоятельная работа	13
	Модульная контрольная работа	10
	Итого	35
Раздел 2	Организационно-учебная работа студента	13
	Самостоятельная работа	12
	Итого	25
Зачет		40
Общий итог		100

### Соответствие баллов оценке

Количество баллов из 100	ECTS	Оценка по пятибалльной шкале	
		Экзамен, дифференцированный зачет	Зачет
90-100	A	отлично	зачтено
80-89	B	хорошо	зачтено
75-79	C		зачтено
70-74	D	удовлетворительно	зачтено
60-69	E		зачтено
35-59	FX	неудовлетворительно	не зачтено
0-34	F		не зачтено

## 9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- 1) для слепых и слабовидящих:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
  - для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
  - письменные задания оформляются увеличенным шрифтом.
- 2) для глухих и слабослышащих:
  - лекции оформляются в виде электронного документа;
  - письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
  - экзамен проводится в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.
- 3) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
  - письменные задания выполняются на компьютере;
  - экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- 1) для слепых и слабовидящих:
  - в печатной форме увеличенным шрифтом;
  - в форме электронного документа;
- 2) для глухих и слабослышащих:
  - в печатной форме;
  - в форме электронного документа.
- 3) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
  - в печатной форме;
  - в форме электронного документа.

## 10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Учебные занятия проводятся в учебном корпусе института физической культуры и спорта университета по адресу: 83048, г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80. Для проведения лекционных и практических занятий требуется аудитория, оборудованная меловой или маркерной доской, мультимедийный проектор и экран, ноутбук, комплект учебной мебели для студентов, рабочее место преподавателя. Выход в Интернет проводной или с использованием Wi-Fi.

Для самостоятельной работы используются текстовые и электронные ресурсы Научной библиотеки университета и других электронных библиотечных баз данных, учебно-методическое обеспечение, представленное на официальном сайте университета (по ссылке: <http://donnu.ru/sveden/objects>).

В процессе обучения студенты имеют возможность использовать учебные материалы по дисциплине «Общая психология с практикумом», размещенные на платформе Moodle Центра дистанционного образования ФГОУ ВО «ДонГУ». С использованием ресурсов платформы дистанционного образования также осуществляется текущий контроль знаний студентов на основе тестирования и проверки результатов самостоятельной работы.

С использованием ресурсов платформы дистанционного образования осуществляется текущий контроль знаний обучающихся на основе тестирования и проверки результатов самостоятельной работы.

## 11. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

### 11.1. Основная литература

1. Психология профессионального здоровья [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности / Сост. Э.А. Ангелина; ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет». – Донецк: ДонНУ, 2020. – 80 с.
2. Никольский, А.В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : учебник для вузов / А.В. Никольский. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 303 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» [urait.ru](http://urait.ru)).
3. Петрушин, В.И. Психология здоровья : учебник для вузов / В.И. Петрушин, Н.В. Петрушина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 381 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» [urait.ru](http://urait.ru)).
4. Печеркина, А.А. Профессиональное здоровье педагога : учебное пособие для вузов / А.А. Печеркина, М.Г. Синякова, Н.И. Чуракова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 136 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» [urait.ru](http://urait.ru)).
5. Байкова, Л.А. Психология здоровья : социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л.А. Байкова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 216 с. (Книга доступна на образовательной платформе «Юрайт» [urait.ru](http://urait.ru)).

### 11.2 Дополнительная литература

6. Кацero, А. А. Современные проблемы психологии труда и его безопасности [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / А. А. Кацero ; Донецкий нац. ун-т. - Донецк : ДонНУ, 2016. - Электронные данные (1 файл).
7. Бунтовская, Л. Л. Физиология и психология труда [Электронный ресурс] : учебник / [Л. Л. Бунтовская] ; ГОУ ВПО Донецкий национальный университет, Экономический факультет, Кафедра управления персоналом и экономики труда. - Донецк : ДонНУ, 2016. - Электронные данные (1 файл).
8. Бунтовская, Л. Л. Физиология и психология труда : учебник / Л. Л. Бунтовская : ГОУ ВПО "Донецкий национальный университет", Экономический факультет, Кафедра управления персоналом и экономики труда. - Донецк : ГОУ ВПО "ДонНУ", 2016. - 226 с.

## 12. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. **Национальная электронная библиотека (НЭБ):** федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ; Российская государственная библиотека. – Москва, 2019- . – URL: <https://rusneb.ru/> (дата обращения:

01.09.2023). – Режим доступа: свободный, подписка. Необходима установка программного обеспечения. – Текст: электронный.

2. **eLIBRARY.RU**: научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000- . – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

3. Научная электронная библиотека «**КиберЛенинка**»: сайт / Ассоциация «Открытая наука». – Москва, 2014- . – URL: <https://cyberleninka.ru/>. – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.

4. Электронно-библиотечная система «**Лань**»: [сайт]. – URL: <https://e.lanbook.com> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

5. **ЭБС Юрайт**: электронная библиотечная система: сайт. – Москва, 2013. – URL: <https://biblio-online.ru> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

6. **Электронно-библиотечная система ДонГУ**: сайт / ФГБОУ ВО «ДонГУ». – Донецк, 2016- . – URL: <http://library.donnu.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный. – Текст: электронный.

7. **Электронный каталог** Научной библиотеки ДонГУ: раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://library.donnu.ru/catalog/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: поиск свободный, электронные документы – для пользователей ДонГУ.

8. **Электронный архив ДонГУ**: раздел сайта / НБ ДонГУ. – Текст: электронный // ЭБС ДонГУ: сайт. – URL: <http://repo.donnu.ru/> (дата обращения: 01.09.2023). – Режим доступа: свободный.

### 13. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Windows 7 PRO (корпоративная лицензия ДонГУ № 46484614)
2. Microsoft Office (корпоративная лицензия ДонГУ № 46472919)
3. Microsoft Visual Studio (лицензия программы Dream Spark для высших учебных заведений)
4. Антивирус Касперского, Adobe Acrobat Reader, xPDF (лицензии GPL, Apache, BSD для свободного программного обеспечения).