

РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Вопросы к зачету

1. Психология здоровья как новое научно-практическое направление.
2. История становления и развития психологии здоровья.
3. Объект, предмет и задачи психологии здоровья.
4. Понятие здоровья в современной науке и подходы к его определению.
5. Предрасполагающие факторы здоровья.
6. Передающие факторы здоровья.
7. Факторы социальной среды.
8. Критерии психического и социального здоровья.
9. Гендерные группы и семья.
10. Модель социального стресса.
11. Система здравоохранения как институт социального контроля.
12. Душевное здоровье и культура.
13. Связь между психикой и телом.
14. Модели внутренней картины здоровья и болезни.
15. Проблема факторов риска в возникновении психических и поведенческих расстройств в различных возрастах.
16. Внутриутробное развитие плода.
17. Изучение раннего психического онтогенеза.
18. Понятие о перинатальной психологической коррекции.
19. Психологические характеристики полноценного развития ребенка в младенческом, дошкольном, младшем школьном, подростковом и юношеском возрастах.
20. Влияние биологических и социальных факторов на формирование психики.
21. Психологическая помощь детям и подросткам в критические периоды жизни.
22. Влияние членов семьи на формирование психики ребенка, подростка.
23. Профилактика психических нарушений в семейном воспитании.
24. Болезнь члена семьи как семейный симптом.
25. Конституционально обусловленные дисгармонии личности, влияющие на формирование психологических проблем и психических нарушений. Гендерный подход к психическому здоровью.
26. Классификация психосоматических расстройств.
27. Механизмы формирования психосоматических симптомов. «Психосоматический профиль»: поведенческий тип А, В и С.
28. Причины расстройства приема пищи.
29. Аддиктивное поведение
30. Здоровый образ жизни и его составляющие.
31. Соппротивление к ведению здорового образа жизни.
32. Психологические принципы формирования положительного отношения к ЗОЖ.

33. Основные аспекты проблемы профессионального здоровья, признаки. Синдром эмоционального выгорания.

34. Классификация психогигиенических мероприятий по предупреждению и коррекции психических и поведенческих расстройств:

35. Комплексность в осуществлении психогигиенических мероприятий.

Тест контроля знаний

1. Наиболее точное и ёмкое определение здоровья формулируется следующим образом:

А) отсутствие болезней организма

Б) здоровье — это целостное многомерное динамическое состояние, которое развивается в условиях конкретной социальной и экологической среды и позволяет человеку осуществлять его биологические и социальные функции

В) высокий уровень резервных возможностей организма

Г) отсутствие болезней психики и организма

Д) удовлетворённость жизнью

2. Психология здоровья – это наука о (предмет психологии здоровья):

А) совокупности знаний психологии, которые могут найти применение для понимания здоровья и болезни

Б) здоровом образе жизни

В) внутренней картине здоровья и внутренней картине болезни

Г) психологической помощи больному человеку

Д) у здоровья нет психики, поэтому не может быть и психологии здоровья

3. К предметной области психологии здоровья относятся:

А) личностные факторы здорового образа жизни

Б) генетические детерминанты здоровья

В) формирование внутренней картины здоровья и внутренней картины болезни

Г) психосоматические заболевания

Д) преморбид висцеральных нарушений (нарушений внутренних органов)

4. Отметьте верные утверждения:

А) враждебность повышает вероятность сердечно-сосудистых заболеваний

Б) враждебность снижает вероятность сердечно-сосудистых заболеваний

В) алекситимия способствует появлению бронхиальной астмы

Г) алекситимия препятствует появлению бронхиальной астмы

Д) враждебность в сочетании с алекситимией вызывают кариес

5. Укажите верное сочетание исторической эпохи и свойственного ей идеала здоровья?

А) эпоха Постмодерна и здоровье как самореализация личности

Б) Античность и здоровье как самореализация личности

В) позднее Просвещение и адаптационный идеал здоровья (от Дарвина – биологическая адаптация, от О. Конта и Э. Дюркгейма – социальная адаптация)

Г) Античность и здоровье как внутренняя согласованность

6. Верными характеристиками личностного типа А, В и С являются:

А) тип А: низкая агрессивность (враждебность), спокойствие, неконкурентность, принятие себя и других

Б) тип В: конфликтность; эгоцентризм; амбициозная целеустремлённость, жесткий, агрессивный стиль поведения; озабоченность собой, гипертревожность

В) тип А: конфликтность; эгоцентризм; амбициозная целеустремлённость, жесткий, агрессивный стиль поведения; озабоченность собой, гипертревожность

Г) тип В: низкая агрессивность (враждебность), спокойствие, неконкурентность, принятие себя и других

Д) тип С: такие же свойства, как у типа А, только не проявляют раздражение, гнев, обиду; высокая чувствительность к стрессу, но низкая способность к разрядке (подверженность онкологическим заболеваниям)

7. Психология здоровья как отрасль психологии и валеологии возникла:

А) в Древней Греции

Б) во второй половине 20 века

В) в первой половине 19 века

Г) на Канарских островах в 21 веке

8. Отметьте верные утверждения относительно влияния социальных факторов на здоровье:

А) быстрые социальные изменения приводят к аномии (к размыванию установленных норм и ценностей), к деморализации и ухудшению здоровья

Б) быстрые социальные изменения приводят к аномии (к размыванию установленных норм и ценностей), к деморализации и укреплению здоровья

В) такие социальные катастрофы, как, например, войны, дают менее деморализующие эффекты, чем социальные изменения

Г) самые негативные для здоровья социальные изменения – это войны

Д) материальные трудности тяжелее всего переживают, с точки зрения состояния здоровья, представители высших классов