

**ӘЛ-ФАРАБИ АТЫНДАҒЫ ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ
ФИЛОСОФИЯ ЖӘНЕ САЯСАТТАНУ ФАКУЛЬТЕТІ
ЖАЛПЫ ЖӘНЕ ҚОЛДАНБАЛЫ ПСИХОЛОГИЯ КАФЕДРАСЫ**

**«СТРЕСС ЖӘНЕ ДЕНСАУЛЫҚ ПСИХОЛОГИЯСЫ» ПӘНІ БОЙЫНША
ҚОРЫТЫНДЫ ЕМТИХАН БАҒДАРЛАМАСЫ**

PSZ4312 - «СТРЕСС ЖӘНЕ ДЕНСАУЛЫҚ ПСИХОЛОГИЯСЫ»

**5B050300 – ПСИХОЛОГИЯ МАМАНДЫҒЫ БОЙЫНША БІЛІМ БЕРУ
БАҒДАРЛАМАСЫ**

«5B050300 – ПСИХОЛОГИЯ» мамандығы (4курс)

4-курс

Кредит саны-3

Күзгі семестр 2021-2022 оқу жылы

Оқытушы: профессор м.а. Жубаназарова Н.С.

Алматы, 2021

«Стресс және денсаулық психологиясы» пәні бойынша қорытынды емтихан бағдарламасын жалпы және қолданбалы психология кафедрасының профессор м.а., психология ғылымдарының кандидаты Н.С. Жұбаназарова дайындаған

Жалпы және қолданбалы психология кафедрасының мәжілісінде қаралып ұсынылды.

«05 маусым», 2021 ж., хаттама № 33

Кафедра меңгерушісі _____ З.Б. Мадалиева

Факультеттің әдістемелік Кеңесінде ұсынылды.

«17 маусым», 2021 ж., хаттама № 11

Факультеттің әдістемелік кеңесінің төрайымы _____ М.П. Кабакова

БАҒДАРЛАМА

«Стресс және денсаулық психологиясы» пәні бойынша қорытынды емтихан бағдарламасы

Емтиханға шығарылатын оқу тақырыптары: Емтиханға сиплабуға берілген тақырыптар беріледі. Тақырыптың мазмұны барлық жұмыс түрлерін: дәрістер мен семинарлардың тақырыптары, сондай-ақ студенттердің өзіндік жұмысына арналған тапсырмаларды қамтиды.

Қорытынды емтихан тест формасында өтеді

Оқытудың нәтижелері:

Курсты аяқтағаннан кейін студенттер қабілетті бола алады:

- **когнитивті:** стресс және денсаулық психологиясы бойынша орталық жүйке жүйесінің локальды-органикалық бұзылулары жағдайында топикалық диагностика міндеттерімен байланысты психикалық функциялардың бұзылуларын айқындау; балалармен және жасөспірімдермен қолданылатын негізгі әдістерді, диагностикалық процедураларды және түзету технологияларын түсіндіру;

- **функционалды:** Жасөспірімдік шақтағы стресс, психикалық дамудағы ауытқушылықтары диагностикасы мен коррекциясының негізгі заманауи тәсілдемелермен таныстыру, теориялық және тәжірибелік білімдерін қалыптастыру.

- **жүйелік:** балалармен және жасөспірімдер, тұлғалардың стресс және денсаулық психологиясы бойынша коррекциялық жұмыстың заманауи бағыттары мен әлеуметтену процесін зерттеу үшін психодиагностикалық әдстерді қолдану, білімдерді практикада қолдануда өз ойын, әрекетін басқарау алу, жоспарлай білу, тың ұсыныстар айта білу; сәттілікке ұмтылу, тапсырмаларды орындауда зерттеушілік дағдыларын көрсете білу, эсселер, реферат, презентацияларды жасай алуға дайын және икемді болу

- Адамның өзінің денсаулығын сақтауы, нығайтуы және дамытуына деген мотивация тәсілдерін жасау мен процестердің заңдылықтары жұмыс бойынша бағдарлама құрастыру.

- психотерапия мен реабилитация негіздері аурудың денсаулығын қалыптастыру мен сақтауда ғана емес, сондай-ақ тұлғалық, әлеуметтік статусты қалыптастыру мен сақтау ретінде зерттеу және жұмыс бағдарламаларын әзірлеу сараптау;

- қазіргі ғылымдар жүйесінде стресс және денсаулық психологиясының алатын орны, пәні мен ерекшеліктерін, мінез-құлық модельдерін талдау арқылы басқару жүйесінің субъектілерінің белсенділігі мен реттеуші механизмдері жайлы түсініктерін қалыптастыруға бағытталған психологиялық жоба және бағдарлама құрастыру және қолдана алуға.

ЕМТИХАНҒА АРНАЛҒАН ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР

Емтихан – тестілеу

Емтихан форматы-онлайн

Тестілеу Univer жүйесінде өткізіледі.

Кредит саны 3 және студенттер саны көп болғандықтан (61) «Стресс және денсаулық психологиясы» пәнін Univer жүйесінде тест формасында тапсырады

Жоғарыда көрсетілгендей силлабус бойынша барлық тақырыптар қамтылған 150-200 сұрақтан тұратын тест тапсырмалары дайындалып Univer жүйесіне жүктелді.

Өткізу форматы: универ жүйесінде онлайн режимінде тест формасында

Тапсырмалар әр студент үшін 150-200 тест тапсырмасы әзірленеді. Талап бойынша 1 сұраққа 5-8 жауап, оның 1-3 жауабы дұрыс вариант, ұсынылды.

Тапсыру күні мен уақыты: қысқы емтихан сессиясының кестесіне сәйкес болады

Емтихан уақыты: 90 минут (1.5 сағат)-40 тест сұрағы беріледі.

Тапсыру күні мен уақыты: қысқы емтихан сессиясының кестесіне сәйкес болады

Минималды техникалық талаптар: интернеттің болуы және Univer жүйесіне кіру.

Пән бойынша баға қою критерийлері:

Тест бойынша жазылған емтихан нәтижелері 100-баллды жүйеде автоматты түрде Univer жүйесінде бағаланады

Тақырыптар:

1. Стресс және денсаулық психологиясы пәніне кіріспе. Пәннің мақсаты, міндеттері және мазмұны.
2. Стресс және денсаулық психологиясының негізгі категориялары мен пәнаралық зерттеу ғылымы. Тұлғаның денсаулығына деген негізгі тұрғылар.
3. Педагогикалық – психологиялық әдебиеттегі денсаулық проблемасы.
4. Стресс және денсаулық психологиясын зерттеуге арналған жетекші ресейлік ғалымдар, шетелдік белгілі психологтардың көзқарастары. Қазақстанда осы проблеманың зерттелу деңгейі.
5. Балалардың психологиялық денсаулығы. Ересектердің жаңа тұлғалық құрылымдары. Балалардың психологиялық денсаулығының ерекшеліктері.
6. Баланың социумға бейімделуі мәселесінің отандық және шетелдік әдебиеттердегі қарастырылуын салыстырмалы талдау. Балалармен арт-терапиялық сабақтарды ұйымдастыру және өткізу.
7. Психологиялық денсаулықты қамтамасыз етуде тренингтердің мүмкіндіктерін пайдалану. Тұлғаның ұлттық-рухани бейнесі. Ұлттық-рухани бейне туралы Қазақстандық ғалымдардың көзқарастары.
8. Экологиялық ортаның адам психикасына әсері. Пановтың экопсихологиялық көзқарастары. Баланың психикалық дамуының жалпы және арнайы заңдылықтары.
9. Стресс және психологиялық денсаулыққа түрлі ағымдардағы көзқарастар. Дизонтогенездің психологиялық параметрлері
10. Жеке тұлғаның психологиялық денсаулығы және нашақұмарлықтың кері әсері. Психикалық дамудың бұзылыстарының негізгі түрлерінің психологиялық сипаттамасы.
11. Дамуында ауытқулары бар балалардың танымдық сферасы және жеке психологиялық ерекшеліктері.
12. Стресстік жағдайда әртүрлі жастағы балалардың денсаулығына педагогикалық, психологиялық ықпал ету жолдары.
13. Есту қабілеті зақымдалған балалардың психикалық дамуының ерекшеліктері. Психикалық даму тежелуінің себептері, ауытқу механизмі классификациясы.
14. Психологиялық денсаулықты қамтамасыз етуде қолданылатын тренингтердің ролі.
15. Балалардың психологиялық денсаулығы туралы ғалымдардың көзқарастары. (Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов).

16. Жас ерекшелік дамуындағы қарым-қатынаста кездесетін қиындықтар.
17. Сөйлеу тілі бұзылған балалар психологиясы. Балалардың психикалық денсаулығын нығайтуға қажетті педагогикалық-психологиялық шарттар.
18. В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман, Е.И. Исаевтардың адам денсаулығы психологиясы туралы көзқарастары.
19. Тұлғааралық қарым-қатынастың қазіргі концепциялары (ТМД елдері психологтары: Б.С. Братусь, А.Г Шмелев, Д.А. Леонтьев, С.М Джакупов және т.б.).
20. Қазіргі денсаулық психологиясындағы көкейкесті мәселелер мен бет-алыстар.

***Емтиханға дайындығын бағалау, оқыту нәтижесі:
Қойылған бағаның көрсеткіштері:***

Бағасы	Көрсеткіштері
Өте жақсы	1. Теориялық сұрақтарға жауабы дұрыс және толық; 2. Тәжірибелік тапсырманың толық шешімін таба білген; 3. Ұсынылған ақпарат мазмұны сауатты, логикалық үйлесімді; 4. Шығармашылық қаблетін көрсетуі.
Жақсы	1. Теориялық сұрақтардың жауаптары толық емес, кейбір нақты мәселелер қалыс қалғанда немесе жартылай жауап болғанда; 2. Тәжірибелік тапсырма орындалған бірақ қалыс-қалған қателіктерде; 3. Ақпарат сауатты бірақ логикалық байланыс болмаған жағдайда;
Қанағаттанарлық	1. Теориялық сұрақтардың жауабы дұрыс, бірақ толық емес логикалық құрылымында қателіктер бар. 2. Тәжірибелік тапсырма толығымен орындалған; 3. Ақпарат сауатты бірақ логикалық байланыста кемшіліктер бар.
Қанағаттанарлықсыз	1. Теориялық сұрақтың жауабында өте көп қателіктер бар; 2. Тәжірибелік тапсырма орындалған; 3. Жауапта терминологиялық, грамматикалық, қателіктер бар, логикалық байланыста да кемшіліктер бар.

Емтихан жұмыстарын бағалау студенттің жауаптарының толықтығы ескеріле отырып, 100 балдық жүйемен жүзеге асырылады:

Шкала, балдар	1-сұрақ бағасы	2-сұрақ бағасы	3-сұрақ бағасы
90-100 өте жақсы	26-30	32-35	32-35
75-89 жақсы	23-27	26-31	26-31
50-74 қанағаттанарлық	14-22	18-26	18-26
0-49 қанағаттанарлықсыз	0-15	0-17	0-17

Ұсынылатын әдебиеттер:

Негізгі:

1. Джакупов С.М. Общая психология: введение. Учебное пособие. Алматы: «Қазақуниверситеті», 2014. - 162 б.
2. Жақыпов С.М. Жалпы психологияға кіріспе. – Алматы, 2014.
3. В.А. Ананьев. Психология здоровья. Санкт – Петербург, 2016.
4. Психология здоровья. Г.С. Никифорова. СП б, 2015

5. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции: учебное пособие /Ю.В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2018. – 256с.
6. Психология здоровья. Учебник для вузов (Ред. Г.С. Никифорова. СПб, Питер, 2014, 606 с.).
7. Жұбаназарова Н.С. Жас ерекшелік психологиясы. Оқулық. «Қазақ университеті» 2014ж.- 354стр
8. Дубровский В.И. Здоровый образ жизни (В.И. Дубровский – М., Рета, 2014, 156 с.).
9. Истратова, О. Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники / О. Н. Истратова . – Изд.4-е . – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 349с.

Интернет-ресурстар:

- 1.<http://www.psychology.ru>
- 2.<http://www.flogiston.ru>
- 3.<http://www.colorado.edu/VCRsearch/integrity/humanresearch/CITI.htm>
- 4.CyberBear (<http://cyberbear.umt.edu>)
5. <http://www.umt.edu/psych/>