

ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ



Ко Всемирному дню здоровья

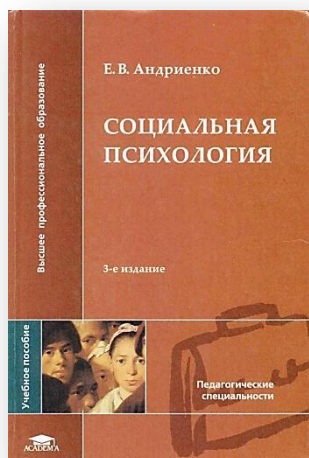
Виртуальный обзор литературы

*«Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни,
что поистине здоровый нищий счастливее больного короля»*

А. Шопенгауэр

- *Здоровье – один из важнейших объектов гуманитарных исследований, так как оно находится в тесной взаимосвязи с субъективным ощущением благополучия личности и качеством жизни. Сам термин «качество жизни» охватывает физическое, психологическое, эмоциональное и социальное здоровье человека, основанное на его восприятии своего места в обществе. Именно поэтому в ходе мировой истории здоровью отводилось особое место.*
- *В конце 60-х годов сложились предпосылки к развитию новой дисциплины – психологии здоровья. Под психологией здоровья следует понимать междисциплинарную область, которая применяет психологические приёмы и методы для сохранения и укрепления здоровья, а также для профилактики заболеваний среди населения с целью анализа и усовершенствования системы здравоохранения.*
- *Одной из основных задач психологии здоровья является разработка способов мотивации человека к сохранению, укреплению и развитию своего здоровья при неизбежном воздействии патогенных факторов окружающей среды.*
- *На выставке представлены книги по психологии здоровья, социальной психологии, валеологии, социальному поведению, управлению стрессом.*

Печатные издания



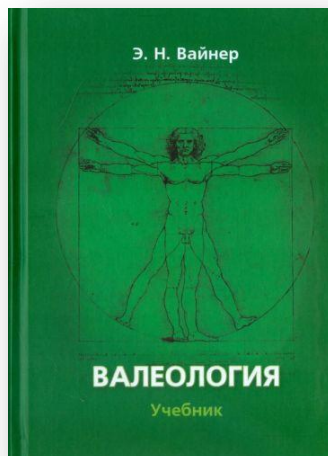
- **Андриенко, Е. В. Социальная психология : учебное пособие для пед. вузов / Е. В. Андриенко; под ред. В. А. Сластёнина. – 4-е изд., стер. – Москва : Academia, 2010. – 264 с. – (Высшее образование).**
- Учебное пособие представляет собой системный курс социальной психологии, изложенный с позиции личностного подхода. Рассмотрены проблемы социального контроля, общения, лидерства и руководства, межгрупповых и внутригрупповых отношений, социализации и социального развития человека. Представлены педагогические аспекты некоторых традиционных социально-психологических тем.

Печатные издания



- *Бэрон, Р. Социальная психология: ключевые идеи / Р. Бэрон, Д. Бирн, Б. Джонсон. – 4-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 507 с. : ил. – (Мастера психологии).*
- *Предлагаемая книга – сжатое, но вместе с тем исчерпывающее изложение темы, дающее представление об основополагающих знаниях социальной психологии и отражающее текущее состояние науки. Живой язык, обзор широкого спектра социально-психологических и общепсихологических теорий и гипотез, богатство иллюстративного и экспериментального материала – несомненные достоинства данного учебного пособия. Оно даёт чёткое и ясное представление о степени интеграции и разнообразии областей социальной психологии.*

Печатные издания



- **Вайнер, Э. Н. Валеология : учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. – 2-е изд., испр. – Москва : Флинта : Наука, 2002. – 416 с.**
- Основной задачей учебника является воспитание у студентов культуры здоровья и их подготовка как будущих специалистов к выполнению профессиональных обязанностей в здоровьесберегающем режиме. Большое внимание обращено на валеологические вопросы возрастного развития и образовательной деятельности.

Печатные издания



- *Васильева, О. С. Психология здоровья человека. Эталоны, представления, установки : учебное пособие для вузов / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. – Москва : Academia, 2001. – 345 с. – (Высшее образование).*
- В учебном пособии здоровье рассматривается как сложный, многомерный социокультурный феномен, отражающий наиболее значимые биологические, психологические, социальные и духовные аспекты бытия человека в мире. Исследуются устойчивые социокультурные эталоны здоровья, социальные представления об этом явлении, внутриличностные регуляторы здоровья — валеоустановки. Дан анализ наиболее распространённых в западной культуре концепций и моделей здоровья человека.

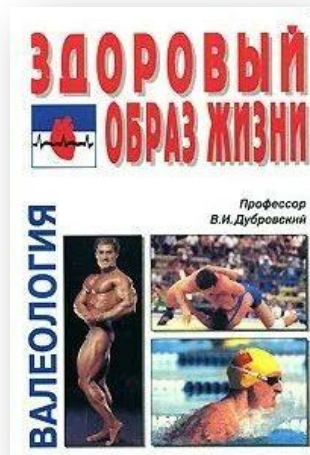
Печатные издания



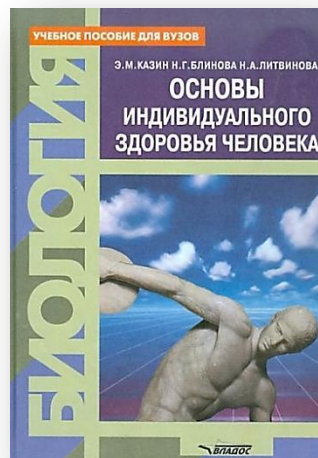
- *Гринберг, Дж. Управление стрессом / Дж. Гринберг ; пер. с англ. Л. Гительман, М. Потапова. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 496 с. – (Мастера психологии).*
- *Освещены физические, психологические, социологические и духовные аспекты стресса. Рассмотрены следующие темы: стресс и обучение в вузе, стресс и профессия, стресс в семье, стресс и пожилые люди, многообразие видов стресса. Представлены методы оценки и измерения различных проявлений стресса, методики совладания со стрессом, релаксационные упражнения.*

Печатные издания

- **Дубровский, В. И. Валеология. Здоровый образ жизни : учебник для пед. вузов и ин-тов физической культуры / В. И. Дубровский. – Москва : Флинта : RETORIKA-A, 1999. – 560 с. : ил.**
- Рассмотрены основные вопросы здорового образа жизни: причины возникновения заболеваний, патологических симптомов и методы профилактики немедикаментозными средствами (различные виды физкультуры и спорта, питание, массаж, закаливание, баня, физио- и гидропроцедуры и многое другое). Особое внимание уделено факторам риска, приводящим к тем или иным патологическим отклонениям в состоянии здоровья.

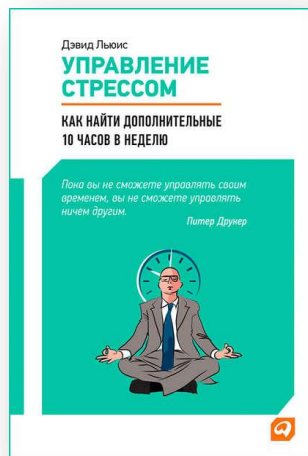


Печатные издания



- **Казин, Э. М. Основы индивидуального здоровья человека. Введение в общую и прикладную валеологию : учебное пособие для вузов / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – Москва : ВЛАДОС, 2000. – 191 с.**
- В учебном пособии обобщён опыт ряда научных школ по методологическим аспектам общей и прикладной валеологии. Изложены современные представления отечественных учёных, касающиеся характеристики здоровья как состояния и свойства организма. Освещены пути и средства развития междисциплинарного научного направления – валеологии.

Печатные издания



- **Льюис, Д. Управление стрессом: Как найти дополнительные 10 часов в неделю / Д. Льюис ; пер. с англ. – Москва : Альпина Паблишерз, 2010. – 242 с. – (Библиотека Сбербанка).**
- В издании рассмотрены два главных врага делового человека – стресс и дефицит времени. Автор предлагает апробированную методику, использование которой повышает самоорганизацию, способствует появлению свободного времени, снимает прессинг, вызванный его дефицитом, и тем самым помогает избежать стрессовых ситуаций. Книга насыщена множеством примеров из практики и сопровождается богатым иллюстративным материалом.

Печатные издания

- **Майерс, Д. Социальная психология : учебное пособие для вузов / Д. Майерс ; пер. с англ. – Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 684 с. : ил. – (Мастера психологии).**
- В центре внимания учебника находятся фундаментальные принципы социального мышления, социального влияния и социальных отношений, выявленные с помощью точных эмпирических исследований.



Печатные издания

- **Психология здоровья : учебник для вузов / под ред. Г. С. Никифорова. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 607 с. – (Учебник для вузов).**
- Представлены основные этапы становления психологии здоровья и её предметная область. Само понятие здоровья трактуется как системный феномен. Рассмотрены проблемы: критерии психического и социального здоровья, вопросы психологического обеспечения профессионального здоровья и долголетия человека.



Печатные издания



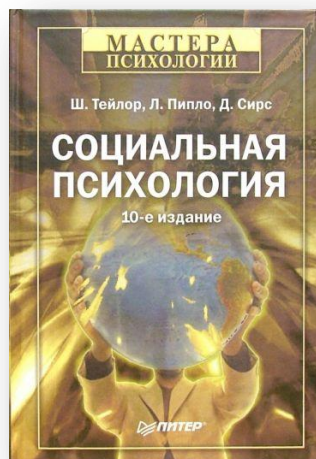
- *Росс, Л. Человек и ситуация. Уроки социальной психологии / Л. Росс, Р. Нисбетт ; пер. с англ. В. В. Румынского под ред. Е. Н. Емельянова, В. С. Магун. – Москва : Аспект Пресс, 2000. – 430 с.*
- *Рассмотрены основные теоретические идеи социальной психологии, дан анализ практического решения социальных проблем. В центре внимания авторов, знаменитых социальных психологов, – власть ситуации над поведением человека, её психологические механизмы и прикладные следствия.*

Печатные издания



- *Социальная психология : учебное пособие для вузов / под ред. А. Н. Сухова, А. А. Деркача. – 2-е изд., испр. – Москва : Академия, 2002. – 600 с. – (Высшее образование).*
- *В учебном пособии с современных позиций изложены основы социальной психологии и главные направления прикладной социальной психологии. Рассмотрены социально-психологические теории личности, система отношений и общения, социальная напряженность и конфликты, природа социальных влияний, дана характеристика социальных институтов и общностей, раскрыты основы социально-психологической диагностики, воздействия и консультирования.*

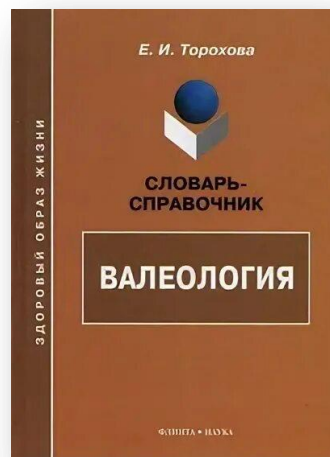
Печатные издания



- *Тейлор, Ш. Социальная психология / Ш. Тейлор, Л. Пипло, Д. Сирс ; пер. с англ. – 10-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 767 с. : ил. – (Мастера психологии).*
- *Раскрыты основы социальной психологии – классические теории и открытия, составляющие общее наследие этой науки; широко освещены социокультурный и кросс-культурный аспекты. Особое внимание уделено процессам социального познания, познания человеком самого себя, межличностным отношениям и эволюционной психологии. Представлены описание и результаты наиболее интересных исследований, а также современные теории социальной психологии.*

Печатные издания

- **Торохова, Е. И. Валеология : словарь-справочник / Е. И. Торохова. – Москва : Флинта : Наука, 2002. – 344 с.**
- Словарь-справочник содержит основные понятия и термины по валеологии, а также педагогике, психологии, философии, социологии, физиологии и анатомии человека, медицинским наукам, экологии - около 2000 слов и понятий, наиболее часто употребляемых специалистами разных профилей и направлений в области формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.



Печатные издания



- **Фернхем, А. Личность и социальное поведение / А. Фернхем, П. Хейвен ; пер. с англ. Н. Мальгиной. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 360 с. – (Мастера психологии).**
- Книга посвящена одной из актуальнейших проблем современной психологии – взаимосвязи личностных характеристик и социального поведения человека. Рассматривая влияние личностных факторов на различные сферы жизни – болезнь и здоровье, образование и трудовую деятельность, досуг и потребление, авторы опираются на обширный фактический, экспериментальный и теоретический материал, почерпнутый из различных областей современной психологии личности и социальной психологии.

Печатные издания



- Чалдини, Р. Социальная психология. Пойми себя, чтобы понять других! Влияние / Р. Чалдини, Д. Кенрик, С. Нейберг ; науч. ред. А. Л. Свенцицкий ; пер. с англ. – 3-е междунар. изд. – Санкт-Петербург; Москва : Прайм-Евროзнак; ОЛМА-ПРЕСС, 2002. – 333 с. : ил. – (Главный учебник).
- В издании освещены следующие аспекты социальной психологии: просоциальное поведение, агрессия, предубеждение, стереотипы, дискриминация. Рассмотрены группы, приведены социальные дилеммы – сотрудничество или конфликт. Освещена интегрированная социальная психология.

Электронные ресурсы из ЭБС IPR SMART



IPR SMART //
IPR BOOKS

- Бодров, В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. А. Бодров. – 2-е изд. – Москва, Саратов : ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 528 с. // IPR SMART : цифровой образовательный ресурс. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/88196.html> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Представлены материалы экспериментально-теоретического изучения развития и преодоления психологического стресса. Приведены основные положения учения о психологическом стрессе, особенности его развития, характер взаимосвязи стресса и адаптации. Изложен концептуальный подход к изучению преодоления стресса.

Электронные ресурсы из ЭБС IPR SMART

- **Захарова, И. В. Социальная психология : учебное пособие / И. В. Захарова. – Саратов : Ай Пи Ар Медиа, 2019. – 154 с. // IPR SMART : цифровой образовательный ресурс. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/86473.html> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Рассмотрены основные теоретические вопросы социальной психологии и ряд социально-психологических проблем, возникающих в процессе управления организацией: мотивация труда, формирование коллектива, управление групповыми отношениями, формирование общественного мнения об организации. Практические задания по содержанию изучаемых тем направлены на закрепление и углубление знаний студентов.



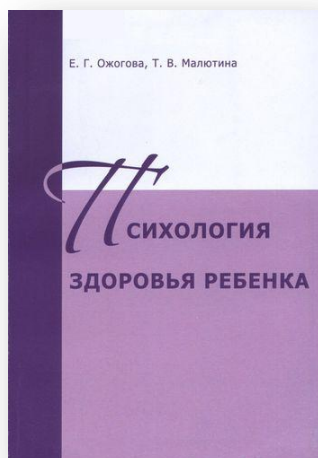
Электронные ресурсы из ЭБС IPR SMART



IPR SMART //
IPR BOOKS

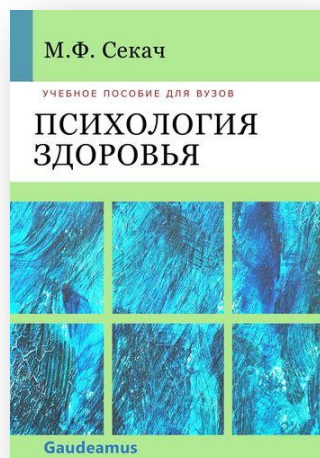
- **Казаков, Ю. Н. Методология активации превентивной безопасности: человекознание, стрессоведение, здоровьесохранение : монография / Ю. Н. Казаков ; под ред. Э. В. Сайко. – Москва : Научный консультант, 2019. – 454 с. // IPR SMART : цифровой образовательный ресурс. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/104993.html> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- *Расширено авторское обоснование категориальной основы человекознания и здоровьесохранения, ценностей базовой компетентности оздоровительного мышления, самозащиты и методологии формирования превентивной безопасности здоровья человека, восприятия инновационной рефлексии самоуправления индивидуализацией углубления самости личности в противостоянии стрессам. Представлены сущности стрессоведения и медицинской педагогики категориальной основы санапсихологического (самооздоровительного) подхода инновационной рефлексии сохранения целостности (самости) личности приёмами самооздоровления на основе активации резервов форм здоровья и стрессоустойчивости личности к стрессам.*

Электронные ресурсы из ЭБС IPR SMART



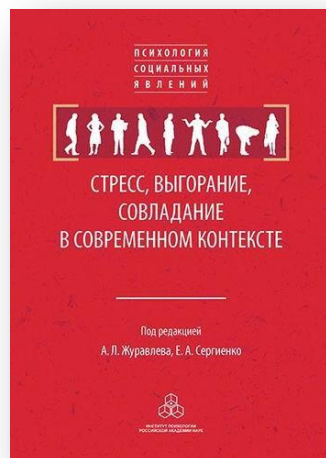
- **Ожогова, Е. Г. Психология здоровья ребенка : практикум / Е. Г. Ожогова, Т. В. Малютина. – Омск : Издательство ОмГПУ, 2017. – 168 с. // IPR SMART : цифровой образовательный ресурс. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/105319.html> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Пособие включает в себя практические задачи разного уровня сложности: вопросы для размышления и самоконтроля, практические задания, направленные на усвоение основных понятий курса, профессиональные задачи, проектные, дискуссионные, рефлексивные и исследовательские задания.

Электронные ресурсы из ЭБС IPR SMART



- **Секач, М. Ф. Психология здоровья : учебное пособие для высшей школы / М. Ф. Секач. – Москва : Академический проект, 2020. – 191 с. // IPR SMART : цифровой образовательный ресурс. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/110026.html> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- В пособии рассмотрены проблемы, которые находятся в центре исследовательских интересов, в том числе социально-психологические факторы, определяющие состояние здоровья человека.

Электронные ресурсы из ЭБС IPR SMART



- **Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Ю. В. Бессонова, В. А. Бодров, И. И. Ветрова [и др.] ; под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – 2-е изд. – Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. – 512 с. // IPR SMART : цифровой образовательный ресурс. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/88392.html> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Представлено теоретико-экспериментальное исследование проблем регуляции человеческого поведения, которое даёт новые решения вопросов стресса, выгорания и совладания. Раскрыты проблемы стресса, постстрессовых состояний, профессионального стресса и выгорания, психологии совладания со стрессами и выгоранием у людей разных профессий, особенности совладания в семье.

Электронные ресурсы из ЭБС IPR SMART



IPR SMART //
IPR BOOKS
Электронная библиотека интеллектуальной собственности

- Фролова, Ю. Г. Психология здоровья : пособие / Ю. Г. Фролова. – Минск : Вышэйшая школа, 2014. – 256 с. // IPR SMART : цифровой образовательный ресурс. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/35533.html> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Рассмотрены основные теории и практические направления современной психологии здоровья. Даны концептуальные основы и методы психологической практики в сфере здоровья. Приведён анализ психологическим факторам физической активности человека, его пищевого поведения. Предложены рекомендации по планированию, проведению и оценке профилактических программ, примеры исследований.

Электронные ресурсы из ЭБС ZNANIUM



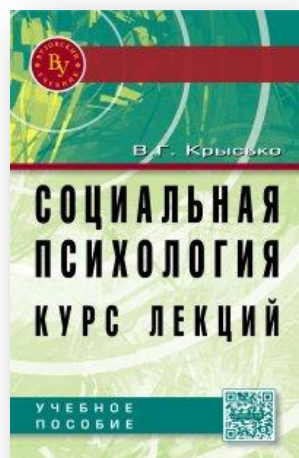
- **Волков, С. Р. Здоровый человек и его окружение : учебник / С. Р. Волков, М. М. Волкова. – Москва : ИНФРА-М, 2023. – 641 с. // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1893793> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Освещены современные представления о здоровье, факторах, влияющих на здоровье, факторах риска для здоровья, а также роли сестринского персонала в поддержании и укреплении здоровья. Представлены основные показатели, отражающие демографическую ситуацию в России и мире, анатомо-физиологические и психологические особенности здоровых людей разного возраста, возможные проблемы, способные оказать влияние на здоровье в различные возрастные периоды.

Электронные ресурсы из ЭБС ZNANIUM



- **Королев, Л. М. Социальная психология : учебник для бакалавров / Л. М. Королев. – Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К », 2019. – 208 с. // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1081785> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Представлены основные положения и подходы, выработанные отечественной и мировой социальной психологией, раскрыты основы психологии общения и взаимодействия, социально-психологические феномены группы и общества, пути социальной адаптации личности, природа и способы разрешения конфликтных и стрессовых ситуаций.

Электронные ресурсы из ЭБС ZNANIUM



- **Крысько, В. Г. Социальная психология. Курс лекций : учебное пособие / В. Г. Крысько. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Вузовский учебник : ИНФРА-М, 2022. – 256 с// Znanium.com : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1843836> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Рассмотрены основное содержание и особенности социально-психологических феноменов, специфика их проявления в жизни и деятельности людей. Представлены традиционные разделы социальной психологии, а также этническая психология, психология больших социальных групп и масс, социальная психология воздействия на людей, психология политики, психология религии, психология конфликтов.

Электронные ресурсы из ЭБС ZNANIUM

- Платонов, Ю. П. Социальная психология : учебник / Ю.П. Платонов. – Москва : ИНФРА-М, 2022. – 336 с. // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1843561> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Раскрыта многогранность социальной психологии как науки, а также разнообразные феномены поведения и деятельности человека. Изложены основные направления прикладных социально-психологических исследований. Особое внимание уделено поведению человека в различных социальных группах и ситуациях.



Электронные ресурсы из ЭБС ZNANIUM



- Прохорова, Э. М. Валеология : учебное пособие / Э. М. Прохорова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : ИНФРА-М, 2023. – 253 с. // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1911860> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Даны сведения о строении и функционировании отдельных систем и органов, связи наследственности человека и его здоровья, природе психологической конституции человека, связи здоровья с окружающей средой, образом жизни человека, зависимости здоровья от отношения к своему здоровью, установок на здоровый образ жизни, знание своих возможностей, санитарно-гигиенические основы жизни. Раскрыты основы биоритмологии.

Электронные ресурсы из ЭБС ZNANIUM



- **Фетискин, Н. П. Психология воспитания стрессовослаждающего поведения : учебное пособие / Н. П. Фетискин. – Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2022. – 240 с. – (Высшее образование: Бакалавриат). // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1854023> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Пособие посвящено актуальному в научно-практическом отношении направлению – психологии стрессовослаждающего поведения. Основной акцент сделан на раскрытии основ стрессологии, эго-защитных механизмов и совладающего поведения. Должное место в работе отведено аспектам психодиагностики и техникам стрессовослаждающего поведения.

Электронные ресурсы из ЭБС ZNANIUM



- **Шингаев, С. М. Психология профессионального здоровья руководителя: теория, методология, практика : учебное пособие / С. М. Шингаев, Г. С. Никифоров, Н. Е. Водопьянова ; под. ред. Г. С. Никифорова. – Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. – 156 с. // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1840328> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Раскрыты теоретические, методологические и практические проблемы психологии профессионального здоровья руководителей. Представлен анализ истории развития психологии профессионального здоровья в отечественной и зарубежной науке. Освещена эволюция подходов к разработке и внедрению практических программ по психологическому обеспечению профессионального здоровья персонала и руководителей в зарубежных и отечественных организациях.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- **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, 2022. – 216 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/495073> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Отражены результаты теоретического и экспериментального исследования в контексте антропоцентрированного подхода к проблемам социального здоровья человека и гуманизации педагогической системы образовательного учреждения как фактора укрепления социального здоровья субъектов учебно-воспитательного процесса. Уточнены определение понятия «социальное здоровье», его критерии, показатели для разных возрастных групп детей, педагогические условия гуманизации педагогической системы образовательного учреждения.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- Глозман, Ж. М. Психология. Общение и здоровье личности : учебное пособие для вузов / Ж. М. Глозман. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 193 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/492280> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Описана компонентная структура различных звеньев общения. Проанализировано вовлечение отдельных компонентов в структуру различных по этиологии и феноменологии нарушений общения. Рассмотрены методические проблемы, возникающие при исследовании личности больных с нарушениями, освещены новые методики и методические приёмы исследования. Раскрыта деятельность малой терапевтической группы больных с нарушениями общения, факторы, определяющие эффективность групповой реабилитации.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- *Гулевич, О. А. Социальная психология : учебник и практикум для вузов / О. А. Гулевич, И. Р. Сариева. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 424 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/489130> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.*
- *Рассмотрены классические и современные направления социально-психологических исследований. Учебник включает четыре раздела. В первом, втором и третьем разделах представлены базовые закономерности социального познания, социальной коммуникации и социального взаимодействия. В четвёртом разделе проанализированы процессы и феномены, возникающие в социальных группах, члены которых осознают свою принадлежность к одному сообществу.*

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- **Никольский, А. В. Психология здоровья. Специфика и пределы адаптивности человека : учебник для вузов / А. В. Никольский. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 303 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/495903> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Изложены психологические аспекты здоровья человека с позиции его приспособления к актуальной культуре. Рассмотрены физиологические и психологические проблемы современного человека, которые дают возможность осознать пути сохранения его психологического здоровья.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- **Одинцова, М. А. Психология стресса : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 299 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/490085> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Раскрыты зарубежные и отечественные учения о стрессовых ситуациях и состояниях, причинах стресса. Особое внимание уделено способам профилактики развития стрессов, коррекции стрессовых состояний. Введён раздел, посвященный сказкотерапии как одного из наиболее эффективных способов психологической помощи людям в стрессовых ситуациях.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 381 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/491448> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Изложены психологические основы личностного роста на базе здорового образа жизни. Представлен анализ духовных практик, современные психологические представления о путях и методах личностного развития. Даны практические рекомендации по основам правильного питания, дыхания, движения, преодоления конфликтных и кризисных ситуаций.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- Прохорова, О. Г. Психология семьи. Психологическое здоровье : учебное пособие для вузов / О. Г. Прохорова, В. С. Торохтий. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 152 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/492157> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Освещены теоретико-методологические основы психологического здоровья семьи. Раскрыто описание сущности, содержания и структуры психологического здоровья семьи, основных закономерностей его развития. Приведена методика диагностики психологического здоровья семьи. Дана общая характеристика методики, подробно рассмотрены диагностические трудности, возникающие при сборе информации о состоянии семьи, даны рекомендации по практическому применению методики, анализу полученных данных, формированию диагноза и рекомендаций. В приложениях представлены все необходимые материалы для проведения методики.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- **Социальная психология : учебник для вузов / В. В. Козлов, С. А. Трифонова, Т. М. Панкратова, Л. А. Николаева. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 501 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/496842> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.**
- Систематически изложены основы социальной психологии. Освещён ряд фундаментальных проблем: методология социальной психологии, влияние социально-психологической среды, социальная психология личности, взаимодействие личности и группы, общение, психология малых и больших групп. Рассмотрена история развития социально-психологического знания, дан обзор основных методов социальной психологии.

Электронные ресурсы из ЭБС Юрайт



- Чернова, Г. Р. Социальная психология : учебник для вузов / Г. Р. Чернова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 187 с. – (Высшее образование). // Юрайт : образовательная платформа. – URL: <https://urait.ru/bcode/494413> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: по подписке.
- Последовательно раскрыты вопросы исторического развития социальной психологии, психологии общения, психологии больших и малых групп. Отдельно рассмотрены вопросы социальной психологии личности и этнопсихологии.

Электронные ресурсы из НЭБ eLIBRARY.RU

- Басалаева, Н. В. Проблема психического и психологического здоровья в отечественной психологии / Н. В. Басалаева // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 4. – С. 169-170. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=19034506> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
- Гурьянова, М. В. Психология здоровья / М. В. Гурьянова // Страховские Чтения. – 2019. – № 27. – С. 82-86. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43085369> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
- Гурьянова, М. В. Психология здоровья как новая область научной психологии / М. В. Гурьянова // Страховские Чтения. – 2021. – № 29. – С. 130-133. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49551224> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.

Электронные ресурсы из НЭБ eLIBRARY.RU

- *Здоровье как предмет исследования в психологии: история и перспективы / Е. П. Белинская, Н. М. Мельникова, Я. В. Винокурова, Е. Е. Иванова // Образование личности. – 2017. – № 2. – С. 106-112. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29811289> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*
- *Князев, С. Л. Качество жизни в контексте психологии здоровья / С. Л. Князев, Т. В. Чапала // Colloquium-Journal. – 2019. – № 26-7 (50). – С. 76-77. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41579160> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*
- *Никифоров, Г. С. Психологическое здоровье личности: к истории вопроса в отечественной психологии / Г. С. Никифоров, З. Ф. Дудченко // Психологический журнал. – 2019. – Т. 40, № 6. – С. 55-65. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41484305> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*

Электронные ресурсы из НЭБ eLIBRARY.RU

- *Николаева, Е. И. Эволюционные основания психологии здоровья / Е. И. Николаева // Медицинская психология в России. – 2015. – № 1 (30). – С. 5. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=24255905> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*
- *Правдина, Л. Р. Экстремальные и кризисные ситуации в контексте психологии здоровья / Л. Р. Правдина, О. С. Васильева // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2008. – Т. 6, № 3. – С. 78-85. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21790748> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*
- *Психология здоровья в России: история становления / Г. С. Никифоров, З. Ф. Дудченко, Е. А. Родионова, В. И. Доминяк // Наука. Общество. Оборона. – 2019. – Т. 7, № 4 (21). – С. 11. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41176509> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*

Электронные ресурсы из НЭБ eLIBRARY.RU

- *Халяпина, К. А. Неизбежное влияние психологии человека на его здоровье / К. А. Халяпина // Научный альманах. – 2021. – № 1-2 (75). – С. 138-139. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44752961> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*
- *Чапала, Т. В. Категории, нормы и методы исследования в психологии здоровья / Т. В. Чапала // Научный вектор Балкан. – 2017. – № 1. – С. 35-38. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36644439> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*
- *Шалагин, А. Е. Валеология – наука о здоровом образе жизни / А. Е. Шалагин, И. А. Шалагин // Вопросы педагогики. – 2021. – № 7. – С. 355-360. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46439371> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.*

Электронные ресурсы из НЭБ eLIBRARY.RU

- Шувалов, А. В. Антропологические аспекты психологии здоровья / А. В. Шувалов // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 4 (20). – С. 23-36. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27330386> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
- Яковлева, Н. В. Развитие представлений о предмете психологии здоровья / Н. В. Яковлева // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2019. – Т. 7, № 1 (24). – С. 22-37. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37171111> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
- Яковлева, Н. В. Психология здоровья: современное состояние и основные тенденции развития / Н. В. Яковлева // Психолого-педагогический поиск. – 2018. – № 3 (47). – С. 149-155. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35582157> (дата обращения: 16.11.2022). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.



Спасибо за внимание!