

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
(СПбГИПСР)**

**КАФЕДРА КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы,  
кандидат психологических наук, доцент,  
доцент кафедры общей и консультативной психологии

Л.В. Кузьменкова

«10» июня 2021 г

**Рабочая программа дисциплины**

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ЗДОРОВЬЯ**

по образовательной программе 37.03.01 Психология

Разработчик: канд. психол. наук, доцент Анисимов Алексей Игоревич

**Санкт-Петербург**

**2021**

## **РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей документации**

### **1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины**

#### **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ЗДОРОВЬЯ**

**Цель изучения дисциплины:** овладение студентами социально-психологическими технологиями в сфере диагностики, сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи дисциплины:**

1. Расширить представления студентов о социально-психологических факторах, определяющих состояние здоровья личности, группы.
2. Создать условия для формирования психологической готовности к проведению просветительской деятельности в сфере сохранения и укрепления здоровья, к личной приверженности здоровому образу жизни.
3. Оказать помощь в освоение методов социально-психологической диагностики и оценки здоровья.
4. Способствовать овладению социально-психологическими технологиями и методами, направленными на сохранение и укрепление здоровья.

**Содержание дисциплины:**

Социально-психологические факторы здоровья.

Социально-психологические технологии оценки здоровья.

Методы групповой работы в сфере здоровья.

Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ.

### **1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине**

**Цель** - овладение студентами социально-психологическими технологиями в сфере диагностики, сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи:**

1. Расширить представления студентов о социально-психологических факторах, определяющих состояние здоровья личности, группы.
2. Создать условия для формирования психологической готовности к проведению просветительской деятельности в сфере сохранения и укрепления здоровья, к личной приверженности здоровому образу жизни.
3. Оказать помощь в освоение методов социально-психологической диагностики и оценки здоровья.
4. Способствовать овладению социально-психологическими технологиями и методами, направленными на сохранение и укрепление здоровья.

В результате успешного освоения дисциплины студенты **должны**

**знать**

- социально-психологические факторы, определяющие состояние здоровья личности, группы;
- социально-психологические методы диагностики и оценки здоровья,
- основные направления групповой работы в сфере здоровья;

- базовые подходы к социально-психологическому обеспечению оздоровительных и профилактических программ;

#### **уметь**

- применять социально-психологические методы диагностики и оценки здоровья,
- осуществлять методический анализ групповой работы в сфере сохранения и укрепления здоровья,
- проектировать программы оздоровительной работы в различных сферах жизнедеятельности,

#### **иметь навыки**

- методами обоснованного выбора социально-психологических технологий в соответствии с задачами сохранения и укрепления здоровья.

### **1.3. Язык обучения**

Язык обучения – русский.

**1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации\***

| Форма обучения | Общий объем дисциплины |                 |                 | Объем в академических часах  |  |                       |                          |                           |                        |                             |  |   |                                  |
|----------------|------------------------|-----------------|-----------------|------------------------------|--|-----------------------|--------------------------|---------------------------|------------------------|-----------------------------|--|---|----------------------------------|
|                | В зачед.               | В астрон. часах | В академ. часах | Объем самостоятельной работы | Объем контактной работы обучающихся с преподавателем |                       |                          |                           |                        |                             |  |   | Промежуточная аттестация (зачет) |
|                |                        |                 |                 |                              | Всего  | Виды учебных занятий  |                          |                           |                        |                             | В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах |   |                                  |
|                |                        |                 |                 |                              |  | Всего учебных занятий | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа | Групповые консультации | Индивидуальные консультации |  |   |                                  |
| Очная          | 2                      | 54              | 72              | 38                           | 34   | 32                    | 12                       | 20                        | -                      | -                           | 10   | 2 |                                  |
| Очно-заочная   | 2                      | 54              | 72              | 48                           | 24   | 22                    | 10                       | 12                        | -                      | -                           | 8  | 2 |                                  |
| Заочная        | 2                      | 54              | 72              | 62                           | 10   | 8                     | -                        | -                         | 8                      | -                           | 4  | 2 |                                  |

\* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

## 1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

| Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП) | Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)  |
|--|---|
| с ОК-1 по ОК-9,<br>ОПК-1,<br>с ПК-1 по ПК-14,<br>ВПК-1   | – способность к проведению работ с персоналом организации с целью отбора кадров и создания психологического климата, способствующего оптимизации производственного процесса (ПК-13) |

## РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Учебно-тематический план дисциплины

#### Очная форма обучения

| Тема (раздел) дисциплины<br>(указывается номер темы, название)         | Общее количество аудиторных часов | Общее кол-во часов на занятия лекционного типа | Общее кол-во часов на занятия семинарского типа |                            |
|--|-----------------------------------|--|---|----------------------------|
|  |                                   |  | Всего   | Из них интерактивные формы |
| Тема 1. Социально-психологические факторы здоровья                     | 8                                 | 4  | 4   | -                          |
| Тема 2. Социально-психологические технологии оценки здоровья           | 8                                 | 4  | 4   | 2                          |
| Тема 3. Методы групповой работы в сфере здоровья                       | 10                                | 2  | 8   | 4                          |
| Тема 4. Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ | 6                                 | 2  | 4   | 4                          |
| <b>Итого:</b>  | <b>32</b>                         | <b>12</b>                                      | <b>20</b>                                       | <b>10</b>                  |

#### Очно-заочная форма обучения

| Тема (раздел) дисциплины<br>(указывается номер темы, название)         | Общее количество аудиторных часов | Общее кол-во часов на занятия лекционного типа | Общее кол-во часов на занятия семинарского типа |                            |
|--|-----------------------------------|--|---|----------------------------|
|  |                                   |  | Всего   | Из них интерактивные формы |
| Тема 1. Социально-психологические факторы здоровья                     | 6                                 | 4  | 2   | 2                          |
| Тема 2. Социально-психологические технологии оценки здоровья           | 4                                 | 2  | 2   | 2                          |
| Тема 3. Методы групповой работы  | 8                                 | 2  | 6   | 2                          |
| Тема 4. Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ | 4                                 | 2  | 2   | 2                          |
| <b>Итого:</b>  | <b>22</b>                         | <b>10</b>                                      | <b>12</b>                                       | <b>8</b>                   |

## Заочная форма обучения

| Тема (раздел) дисциплины<br>(указывается номер темы, название)         | Общее количество аудиторных часов | Общее кол-во часов на занятия лекционного типа | Общее кол-во часов на занятия семинарского типа |                            |
|--|-----------------------------------|--|---|----------------------------|
|  |                                   |  | Всего   | Из них интерактивные формы |
| Тема 1. Социально-психологические факторы здоровья                     | 2                                 | -  | -   | -                          |
| Тема 2. Социально-психологические технологии оценки здоровья           | 2                                 | -  | -   | -                          |
| Тема 3. Методы групповой работы в сфере здоровья                       | 2                                 | -  | -   | -                          |
| Тема 4. Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ | 2                                 | -  | -   | -                          |
| <b>Итого:</b>  | <b>8</b>                          | <b>-</b>                                       | <b>-</b>  | <b>-</b>                   |

### 2.2. Краткое содержание темы (раздела) дисциплины

#### Тема 1. Социально-психологические факторы здоровья

Социально-психологический подход в изучении здоровья. Виды социально-психологических факторов здоровья. Влияние стресса на здоровье человека. Стратегии совладания со стрессом. Социальные ресурсы совладания со стрессом. Социальная поддержка, её виды и функции поддержки. Влияние профессиональной деятельности на здоровье человека. Особенности влияния семейных отношений на здоровье. Социально-психологические аспекты образа жизни. Роль социальных установок и представлений в регуляции поведения, связанного со здоровьем. Здоровый стиль жизни.

#### Тема 2. Социально-психологические технологии оценки здоровья

Методологические проблемы оценки здоровья. Основные критерии оценивания здоровья. Динамический подход к оценке психического здоровья. Уровни психического здоровья. Технологии оценки социального здоровья. Социально-психологический инструментарий диагностики здоровья человека, группы, общности. Методы регистрации социальной сети и социальной поддержки. Методы диагностики стресса.

#### Тема 3. Методы групповой работы в сфере здоровья

Групповые методы работы по сохранению и укреплению здоровья: дидактические, коррекционные, развивающие. Виды тренинговых групп. Методические основы проектирования программ тренинга в сфере здоровья. Главные компоненты тренинговой программы. Планирование занятий. Групповые феномены в тренинговой работе. Групповая динамика. Элементы групповой динамики. Фазы развития группы. Групповая структура. Эффекты работы в группе.

#### Тема 4. Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ

Социально-психологическое обеспечение оздоровительных и профилактических программ в сфере здоровья. Основные принципы разработки, реализации и оценки эффективности оздоровительных и профилактических программ. Методические требования к разработке и оцениванию оздоровительных и профилактических программ.

### **2.3. Описание занятий семинарского типа**

#### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.**

**Тема: Социально-психологические факторы здоровья**

**Цель:** сформировать представление о специфике социально-психологического подхода в оценке, сохранении и поддержании здоровья.

**Понятийный аппарат:** социально-психологические факторы здоровья, стресс, социальные ресурсы совладания со стрессом, социальная поддержка, виды и функции социальной поддержки.

**Вопросы для обсуждения:**

- 1) Социально-психологические факторы здоровья.
- 2) Влияние стресса на здоровье человека.
- 3) Стратегии и ресурсы совладания со стрессом.
- 4) Социальная поддержка и её связь со здоровьем индивида. Виды и функции социальной поддержки.
- 5) Влияние профессиональной деятельности на здоровье.
- 6) Особенности влияния семейных отношений на здоровье.
- 7) Социально-психологические факторы образа жизни. Здоровый стиль жизни.
- 8) Роль социальных установок и представлений в регуляции поведения, связанного со здоровьем.

#### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.**

**Тема: Социально-психологические технологии оценки здоровья**

**Цель:** освоение социально-психологических технологий оценки здоровья.

**Понятийный аппарат:** критерии оценки психического здоровья, критерии оценки социального здоровья, методы диагностики стресса, методы регистрации социальной сети и социальной поддержки

**Вопросы для обсуждения:**

- 1) Методологические проблемы оценки здоровья. Критерии оценки здоровья.
- 2) Критерии оценки психического здоровья.
- 3) Динамический подход к оценке психического здоровья. Уровни психического здоровья.

- 4) Диагностика социального здоровья. Критерии оценки социального здоровья.
- 5) Социально-психологический инструментарий диагностики здоровья человека, группы, общности.
- 6) Методы диагностики стресса.
- 7) Методы регистрации социальной сети и социальной поддержки.

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.**

**Тема: Методы групповой работы в сфере здоровья**

**Цель:** рассмотреть основные методы групповой работы в сфере здоровья.

**Понятийный аппарат:** групповые методы работы, виды тренинговых групп, проектирования программ тренинга, групповые феномены в тренинговой работе, групповая динамика.

**Вопросы для обсуждения:**

- 1) Групповые методы работы по сохранению и укреплению здоровья: дидактические, коррекционные, развивающие.
- 2) Виды тренинговых групп. Тренинговые группы, ориентированные на личностное развитие. Тренинговые группы, ориентированные на групповую динамику. Методические тренинговые группы. Балинтовские группы.
- 3) Методические основы проектирования программ тренинга в сфере здоровья.
- 4) Групповые феномены в тренинговой работе. Групповая динамика.

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.**

**Тема: Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ**

**Цель:** освоение технологий проектирования и оценки эффективности оздоровительных и профилактических программ.

**Понятийный аппарат:** социально-психологическое обеспечение профилактических программ, социально-психологический мониторинг состояния здоровья, социально-психологическое проектирование оздоровительных и профилактических программ.

**Вопросы для обсуждения:**

- 1) Социально-психологическое обеспечение оздоровительных и профилактических программ в сфере здоровья.
- 2) Основные принципы разработки, реализации и оценки эффективности оздоровительных и профилактических программ.
- 3) Методические требования к разработке оздоровительных и профилактических программ.

## **2.4. Описание занятий в интерактивных формах**

**Интерактивное занятие к теме 2. Социально-психологические технологии оценки здоровья.**

Социально-психологический инструментарий диагностики здоровья человека, группы, общности. Методы регистрации социальной сети и социальной поддержки. Методы диагностики стресса.

Методы оценки социального здоровья человека Уровни, группы, показатели социального здоровья.

**Интерактивное занятие к теме 3. Методы групповой работы в сфере здоровья.**

Групповые феномены в тренинговой работе. Групповая динамика. Элементы групповой динамики: групповая сплоченность, групповое напряжение. Фазы развития группы. Групповая структура: роли, функции участников. Эффекты работы в группе.

**Интерактивное занятие к теме 4. Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ.**

Методика проектирования оздоровительной(профилактической) программы. Основные элементы программы. Направления социально-психологической работы в рамках проектирования оздоровительной программы. Технологии, методы и мероприятия оздоровительной работы. Критерии оценки эффективности программы в сфере здоровья.

**2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций**

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

**2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

| <b>Категории студентов</b>                 | <b>Формы</b>   |
|--|--|
| С нарушением слуха                         | - в печатной форме;<br>- в форме электронного документа  |
| С нарушением зрения                        | - в печатной форме увеличенным шрифтом;<br>- в форме электронного документа;<br>- в форме аудиофайла |
| С нарушением опорно-двигательного аппарата | - в печатной форме;<br>- в форме электронного документа;<br>- в форме аудиофайла                     |

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

| Категории студентов                        | Виды оценочных средств                            | Формы контроля и оценки результатов обучения    |
|--|---|---|
| С нарушением слуха                         | тест  | преимущественно письменная проверка             |
| С нарушением зрения                        | собеседование                                     | преимущественно устная проверка (индивидуально) |
| С нарушением опорно-двигательного аппарата | Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы | –   |

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

## **2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области социальной психологии, психологии здоровья и психодиагностики.

Основным понятийным аппаратом и наиболее значимыми вопросами изучения данной программы являются: здоровье и его составляющие; значение здоровья для профессионального становления и личностного развития человека; социально-психологические технологии в области диагностики, сохранения и укрепления здоровья, методы групповой работы в сфере здоровья.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;

- принцип культуру-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины.

## **2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

## **РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины**

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей.

Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

### **Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины «Социально-психологические технологии в сфере здоровья» является одним из базовых компонентом обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

**Для организации самостоятельной работы** студентам предлагаются различные виды индивидуальной и групповой работы:

- Конспект и анализ основополагающих источников
- Аналитическая письменная работа, направленная на анализ сильных и слабых стороны

методов логотерапии и их применения для формирования здорового образа жизни

- Письменный разбор проблемных ситуаций, а также работа по составлению плана действий психолога-консультанта;
- составление глоссария по курсу;
- самостоятельное проведение психологических консультаций с описанием работы со смыслами для формирования здорового образа жизни;
- создание презентации по заданной теме;
- выполнение тестов и контрольных заданий по содержанию тем курса.

Данная работа выполняется студентом самостоятельно во внеаудиторное время в рамках обязательных часов, выделенных на самостоятельную работу по дисциплине. Студент должен проанализировать и описать все задания по данной дисциплине по всем изучаемым разделам, задания выполняются индивидуально. Задания к самостоятельной работе выполняются каждым студентом индивидуально.

#### **Оформление самостоятельной работы:**

Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте [www.psycosocwork.ru](http://www.psycosocwork.ru) раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа».

Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, TimesNewRoman;
- выравнивание по ширине;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

### **3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана**

#### **Тема 1. Социально-психологические факторы здоровья**

*Задание 1:* Подготовиться к участию в дискуссии по теме «Социально-психологические факторы здоровья человека». *Цель* дискуссии – комплексный анализ взаимодействия факторов риска и защиты и прогнозирование его влияния на здоровье индивида.

*Основные вопросы:*

- Влияние социально-психологических факторов на здоровье индивида.
- Взаимосвязи стресса и здоровья человека.

- Стратегии совладания со стрессом.
- Социальная поддержка и её связь со здоровьем человека.
- Влияние профессиональной деятельности на здоровье человека.
- Особенности влияния семейных отношений на здоровье.
- Значение неформальных взаимоотношений личности для сохранения её здоровья.

Для подготовки к участию в дискуссии выявить проблемные вопросы темы, сформулировать свою позицию по ним и письменно изложить аргументацию, основываясь на данных эмпирических исследований и теоретических положениях авторитетных специалистов.

*Задание 2:* Разработайте план дискуссии на тему «Формирование ценности здорового образа жизни студентов». Цель данной работы – отразить роль ценности здорового образа жизни в структуре индивидуальных ценностей человека и в прогнозировании его изменений.

*Основные вопросы темы:*

- Ценностные ориентации и здоровье.
- Психологические проблемы воспитания ценностных основ ЗОЖ подрастающего поколения.
- Барьеры, препятствующие здоровому поведению.
- Формирование мотивации ЗОЖ.

*Задание 3:* Разработайте анкету с целью исследования факторов риска и защиты индивидуального здоровья для студентов вуза. Конструирование вопросов анкеты для измерения изучаемых признаков должно основываться на шкале интервалов. Анкета должна включать несколько тематических блоков и содержать не менее 20 пунктов.

## **Тема 2. Социально-психологические технологии оценки здоровья**

*Задание 1:* Провести оценку личных (социальных, семейных, средовых и т.д.) факторов риска и защиты здоровья у реального человека с помощью психодиагностических методик, написать заключение, сформулировать рекомендации по сохранению и укреплению здоровья. Для этого необходимо ознакомиться с рекомендуемыми первоисточниками и подобрать соответствующие данной цели методики.

*Задание 2:* Оценка социальных ресурсов совладания со стрессом. Провести диагностическое исследование трех респондентов с целью выявления личностных ресурсов совладания с социальным стрессом каждого из них. Исследование следует провести с помощью методического инструментария:

- опросник «Субъективная оценка межличностных отношений» (С.В. Духновский),
- опросник «Самоотношение» - ОСО (В.В. Столин, С.Р. Пантеев),
- опросник «Локус контроля» - ЛК (Ксенофонтова Е.Г.),
- опросник «Диагностика коммуникативной установки» (В.В. Бойко),

- «Шкала социального интереса» (Дж. Кренделл, адаптация - Е.В. Сидоренко),
- «Тест смысложизненных ориентаций» - СЖО (Дж. Крамбо и Л. Махолик, адаптация - Д.А. Леонтьев).

На основе полученных результатов подготовить рекомендации по активизации социальных ресурсов совладания со стрессом для каждого респондента.

*Задание 3:* Спроектировать программу мониторинга степени профессионального выгорания у персонала организации. Целью данной работы должно стать освоение технологии проектирования программ мониторинга в сфере здоровья.

### **Тема 3. Методы групповой работы в сфере здоровья**

*Задание 1:* Подготовка обзора современных методов групповой работы в сфере здоровья.

Групповые методы работы по сохранению и укреплению здоровья: дидактические, коррекционные, развивающие. Виды тренинговых групп. Тренинговые группы, ориентированные на личностное развитие. Тренинговые группы, ориентированные на групповую динамику. Методические тренинговые группы. Балинтовские группы.

*Задание 2:* Подготовка презентации на семинарском занятии «Групповые феномены в тренинговой работе». Основные вопросы темы:

- Групповая динамика.
- Элементы групповой динамики: групповая сплоченность, групповое напряжение.
- Фазы развития группы.
- Групповая структура: роли, функции участников.
- Эффекты работы в группе.

*Задание 3:* Составьте банк упражнений и заданий для проведения тренинговых занятий по теме: «Эффективные способы совладания со стрессом».

Представленные упражнения и задания должны быть направлены на развитие стрессоустойчивости сотрудников организации.

### **Тема 4. Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ**

*Задание 1:* Провести методический анализ оздоровительной программы «Освоение психотехнологий совладания со стрессом».

Сцелью освоения методики проектирования оздоровительных программ найти и провести анализ 2-3 существующих программ и эффективность их влияния на регуляцию психоэмоционального состояния личности.

*Задание 2:* Проектирование персонализированных оздоровительных программ для менеджеров организации. На основе результатов предварительной диагностики состояния здоровья 3 менеджеров разработать для каждого из них оздоровительную программу.

*Задание 3:* Спроектировать программу по профилактике профессионального выгорания у персонала организации. Целью данной работы должно стать освоение технологии проектирования профилактических программ в сфере здоровья.

*Задание 4:* Разработать персонализированную оздоровительную программу для повышения уровня своего здоровья.

*1 этап.* Провести психодиагностическое исследование с целью оценки состояния и ресурсов собственного здоровья.

*2 этап.* На основе результатов проведенной самодиагностики разработать персонализированную оздоровительную программу.

### **3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы**

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;

- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;

- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;

- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;

- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

## **РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств**

### **4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения**

К основным формам контроля по данной дисциплине мы отнесем: зачет (по дисциплине) и тест минимальной компетентности, что относится к рубежному контролю и промежуточной аттестации.

**Зачет** по дисциплине «Социально-психологические технологии в сфере здоровья» служит для оценки работы студента в течение семестра и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков

самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

#### **Шкала оценивания для зачета**

Результаты успешной сдачи зачета аттестуются оценкой «зачтено», неудовлетворительные результаты оценкой «не зачтено».

«Зачтено» выставляется в случае, если студент продемонстрировал достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием теории и закономерности учебной дисциплины, решения профессионально-ориентированных задач и междисциплинарных ситуаций.

«Не зачтено» выставляется в случае, если студент не продемонстрировал необходимый минимум теоретических знаний и понятийного аппарата, умений решать практические задачи.

#### **4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины**

| <b>Тема дисциплины</b>   | <b>Компетенции по дисциплине</b> |
|--|----------------------------------|
| Тема 1. Технологии социально-психологической диагностики здоровья      | ПК-13                            |
| Тема 2. Социально-психологические технологии оценки здоровья           | ПК-13                            |
| Тема 3. Методы групповой работы в сфере здоровья                       | ПК-13                            |
| Тема 4. Социально-психологическое обеспечение оздоровительных программ | ПК-13                            |

#### **4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)**

Рубежный контроль по дисциплине проводится в форме теста минимальной компетенции на основе материалов глоссария, изученных к моменту проведения теста.

Промежуточная аттестация по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных студентом в процессе изучения дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы студентов института.

Зачет проходит в форме защиты проекта программы психологической работы в сфере здоровья.

Рекомендуется выбор одного из следующих направлений оздоровительной работы:

- 1) Формирование навыков здорового стиля жизни.
- 2) Повышение психологической устойчивости личности.

- 3) Психологическая профилактика вредных привычек.
- 4) Психокоррекция пищевого поведения.
- 5) Психологическая профилактика профессионального выгорания у специалистов помогающих профессий.

### **Требования к проекту:**

#### *Схема представления*

1. Название программы
2. Целевая группа
3. Цель и задачи программы
4. Основные тематические модули программы
5. Сроки реализации программы
6. Содержание программы
7. Предполагаемые результаты реализации программы

Представить краткий план одного занятия из данного проекта.

Проект программы оформляется в форме презентации в программе PowerPoint и защищается на зачете.

Регламент защиты: 5-минут на презентацию проекта и 3 минуты на ответы на вопросы по проекту. В заключение – обратная связь от слушателей.

### ***Критерии оценки проектов оздоровительных программ***

#### *Научно-методические требования к программе:*

1. Программа реализует принципы:
  - мотивационной готовности;
  - целостности материала;
  - учета возрастных и индивидуальных особенностей участников;
  - методического разнообразия.
2. Структура программы содержит сформулированные цели и задачи, теоретико-методическое обоснование, требования к участникам (возраст, социально-психологический статус), критерии и способы диагностики её эффективности, перечень материалов, необходимых для её реализации, условия проведения, список методической литературы.
3. Цели программы соответствуют целям системы оздоровления личности; программа ориентирована на содействие успешной социальной адаптации участников.

Используются только апробированные методические средства, валидность которых подтверждена.

#### *Этические требования:*

1. Программа содержит описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы.

2. Заявленная технология тренинговой работы не нарушает профессиональный этический кодекс психологов.

*Организационные требования:*

Имеется преемственность и взаимосвязи с другими элементами системы оздоровления личности (если они предполагаются программой) и внутри программы между её содержательными модулями.

**4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины**

**Примерные вопросы к зачету:**

1. Общие социально-психологические теории и модели в изучении проблемы здоровья.
2. Специфические социально-психологические теории и модели в изучении проблемы здоровья.
3. Особенности влияния социально-психологических факторов на здоровье.
4. Взаимосвязь уровня здоровья и социальной адаптации человека.
5. Виды стрессоров в зависимости от их значимости и времени, необходимого на адаптацию человека.
6. Влияние стресса на здоровье человека.
7. Концепции поисковой активности. Основные положения концепции выученной беспомощности.
8. Личностные и социальные ресурсы стрессоустойчивости личности.
9. Стратегии и виды копинга.
10. Методологические проблемы оценки здоровья. Анализ современных подходов к оценке здоровья.
11. Проблема оценки социального здоровья человека. Интегральные социально-психологические критерии оценки социального здоровья.
12. Методы оценки социальной адаптации и адаптированности личности.
13. Методы диагностики стресса.
14. Методы регистрации социальной сети и социальной поддержки.
15. Социально-психологическое обеспечение профилактических программ в сфере здоровья.
16. Социально-психологические аспекты и факторы здорового стиля жизни.

17. Методы коррекции социальных установок и представлений личности.
18. Групповые методы работы по сохранению и укреплению здоровья.
19. Коррекционные и развивающие методы групповой работы.
20. Социально-психологические аспекты групповой работы.

**Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

*Тест 1.* Выберите из предлагаемых вариантов соответствующий термин:

1. ... – способность к адаптации, определяемая как потенциал адаптации (или адаптационные способности) личности. Основными переменными личностного потенциала адаптации являются уровень поведенческой регуляции, коммуникативные способности и уровень моральной нормативности.

- 1) адаптивность
- 2) социализированность
- 3) внушаемость

*Тест 2.* Выберите из предлагаемых вариантов соответствующий термин:

2. ... – предрасположенность (склонность) субъекта к совершению определенного социального поведения; имеет сложную структуру и включает в себя ряд компонентов: предрасположенность воспринимать, оценивать, осознавать и, как итог, действовать относительно данного социального объекта (явления) определенным образом.

- 1) мотив
- 2) аттитюд
- 3) навык

**Пример типового практико-ориентированного задания**

*Типовое задание 1.* В организации увеличилось количество пропусков трудодней по причине заболеваний сотрудников. Проанализируйте соотношение социальных факторов риска и защиты для здоровья сотрудников. Предложите практические рекомендации по профилактике заболеваемости сотрудников организации.

*Типовое задание 2.* Для снижения количества конфликтов в организации проведите оценку социального здоровья сотрудников. Подберите пакет психодиагностических методик для оценки уровня социального здоровья членов трудового коллектива. Разработайте программу психологического сопровождения сотрудников организации по повышению уровня их социального здоровья.

## **РАЗДЕЛ 5. Глоссарий**

**Адаптивность** - способность к адаптации, определяемая как потенциал адаптации (или адаптационные способности) личности. Основными переменными личностного потенциала адаптации являются уровень поведенческой регуляции, коммуникативные способности и уровень моральной нормативности.

**Аттитюд** - предрасположенность (склонность) субъекта к совершению определенного социального поведения. А. имеет сложную структуру и включает в себя ряд компонентов: предрасположенность воспринимать, оценивать, осознавать и, как итог, действовать относительно данного социального объекта (явления) определенным образом.

**Групповая динамика** - совокупность внутригрупповых социально-психологических процессов и явлений, характеризующих весь цикл жизнедеятельности малой группы и его этапы – образование, функционирование, развитие, стагнацию, регресс, распад.

**Групповая сплоченность** понимается как привлекательность группы для ее членов, потребность участия в группе и сотрудничество при решении общих задач, как взаимное тяготение индивидов друг к другу.

**Групповая структура** - взаимосвязь между членами группы, между подгруппами в пределах основной группы, между лидером (лидерами) и членами группы, степень постоянства этих характеристик.

**Доверие** - убежденность в том, что другой (другие) будет вести себя в соответствии с нашими ожиданиями.

**Здоровье психическое** - состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических проявлений и обеспечивающее адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения, деятельности.

**Здоровье социальное** - количество и качество межличностных связей индивидуума и степень его участия в жизни общества.

**Мотивация:** 1) совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и определяющую ее активность, т.е. система факторов, детерминирующих поведение; 2) процесс образования, формирования мотивов, характеристика процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне.

**Направленность личности** - совокупность доминирующих потребностей, интересов, мотивов, целей и ценностей личности, выступающих ориентиром её социальной активности.

**Научение** - процесс приобретения субъектом новых способов осуществления поведения и деятельности, их фиксации и/ или модификации. Научение – относительно постоянное изменение в поведении, происходящее вследствие приобретения опыта.

**Образ жизни**(в рамках социально-психологического анализа) - соответствующая система устойчивых способов организации людьми своей жизнедеятельности, активности в системе определенных общественных отношений, это целостная система взаимодействия человека с его социальным и природным окружением, которое осуществляется через ценностно-коммуникативный компонент образа жизни.

**Отношения социально-психологические** - различные формы взаимосвязи людей, возникающие в их совместной деятельности на основе непосредственного взаимодействия и личного общения.

**Поведение зависимое** - это поведение риска, т.е. такое поведение, которое ведет, или таит в себе значительную опасность привести, к разрушению личности, психическим и соматическим болезням, смерти.

**Ресурсы адаптации личности** - умения и навыки, знания и опыт, модели конструктивного поведения, актуализированные способности, дающие возможность человеку быть более адаптивным и стрессоустойчивым, успешным и удовлетворенным качеством своей жизни.

**Ресурсы психологического преодоления** - актуализированные потенциальные возможности человека в виде способов или действий, направленных на совладание со стрессорами прошлых, настоящих или будущих ситуаций.

**Роль социальная** - нормативная система действий, ожидаемых от индивида в соответствии с его позицией (положением в обществе) и данной социальной ситуацией.

**Самовоспитание** - (англ. *self-development*) – формирование человеком своей личности в соответствии с поставленными целями. Самовоспитание – сознательная деятельность, направленная на возможно более полную реализацию человеком себя как личности.

**Самооценка** (англ. *self-esteem*) – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. С. выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент Я-концепции, самосознания, и как процесс самооценивания. Основу С. составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей.

**Самопринятие** (по К.Роджерсу) – принятие себя в целом, вне зависимости от своих свойств и достоинств, а также выделяет самооценку – отношение к себе как носителю определенных свойств и достоинств.

**Самоуправление психическое** - сознательные воздействия человека на присущие ему психические явления (процессы, состояния, свойства), выполняемую им деятельность, собственное поведение с целью поддержания (сохранения) или изменения характера их протекания (функционирования).

**Самоэффективность** (англ. self-efficacy) – понятие, относящееся к ожиданиям и убеждениям (уверенности и неуверенности) человека в том, что он может успешно справиться с теми или иными задачами (вызовами, ситуациями).

**Смысл жизни** (в психологии) - отраженная в сознании и переживаниях человека как субъективно предельно значимая для него и превратившаяся в главный регулятор его поведения какая-то ценность, ставшая его собственной, самой большой ценностью.

**Совладание** (англ. coping) – психические процессы и поведение, направленные на преодоление и переживание стрессовых (кризисных) ситуаций, особенно психосоциального характера.

**Социально-психологический климат** - такое психическое состояние группы, которое на интегративной основе отражает основные особенности ее жизнедеятельности.

**Стиль жизни** - совокупность индивидуальных особенностей персональной жизни и трудовой деятельности, влияющая на достижение личных целей и осуществление смысла жизни. Стрессовый стиль жизни – нерациональная организация жизнедеятельности, в которой преобладает чрезмерная напряженность без своевременного отдыха и восстановления энергетических ресурсов.

**Стресс** (англ. stress) – состояние напряжения, возникающее при несоответствии приспособительных возможностей величине действующей на человека нагрузки, вызывающее активацию и перестройку адаптивных ресурсов психики и организма.

**Стрессогенная ситуация** - это ситуация, содержащая некоторые объективные и субъективные характеристики с потенциальным риском стрессового реагирования участников – субъектов данной ситуации.

**Стрессовое окружение** - обобщающее понятие, характеризующее типы стрессовых ситуаций в социально-психологическом пространстве личности.

**Стрессоры** - (англ. stressors) – неблагоприятные, значительные по силе и продолжительности внешние и внутренние воздействия, ведущие к возникновению стрессовых состояний.

**Установка социальная** -устойчивая предрасположенность реагировать определенным образом по отношению к каким-либо социальным объектам или явлениям.

**Фрустрация**(лат. – обман, тщетное ожидание) переживается как напряжение, тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности.

**РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины****6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

| №                                | Наименование издания  | Тема 1 | Тема 2 | Тема 3 | Тема 4 |
|----------------------------------|---|--------|--------|--------|--------|
| <b>Основная литература</b>       |   |        |        |        |        |
| 1                                | Бурлачук Л.Ф. Психотерапия [Электронный ресурс]: учебник / Л.Ф. Бурлачук, А.С. Кочарян, М.Е. Жидко. - СПб.: Питер, 2015. - 496 с.– Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=345131">https://ibooks.ru/reading.php?productid=345131</a>   | +      | +      | +      | -      |
| 2                                | Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика [Электронный ресурс]: практ. пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – М.:Юрайт, 2018. – 299 с. – Режим доступа: <a href="http://www.biblio-online.ru/book/2A554D1F-D5D0-4DE3-B3DE-C45B9A4F87AF">www.biblio-online.ru/book/2A554D1F-D5D0-4DE3-B3DE-C45B9A4F87AF</a> .                  | -      | +      | +      | +      |
| 3                                | Клиническая психология [Электронный ресурс]: учебник / ред. Б. Д. Карвасарский. - СПб.: Питер, 2019. - 864 с. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=23134">https://ibooks.ru/reading.php?productid=23134</a>  | +      | +      | +      | +      |
| <b>Дополнительная литература</b> |   |        |        |        |        |
| 1                                | Диагностика здоровья: психологический практикум / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Речь, 2011. – 949 с.  | +      | +      |        | +      |
| 2                                | Психотерапия [Электронный ресурс]: учебник / ред. Б.Д. Карвасарский. – СПб.: Питер, 2012. - 672 с. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=262898">https://ibooks.ru/reading.php?productid=262898</a>   |        |        | +      | +      |
| 3                                | Семикин Г.И. Здоровьесберегающие технологии и профилактика девиантного поведения в образовательной среде[Электронный ресурс]: учебное пособие / Г.И. Семикин, Г.А. Мысына, А.С. Миронов. – М.: МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2013. - 84с. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=343331">https://ibooks.ru/reading.php?productid=343331</a> |        |        | +      | +      |
| 4                                | Социальная психология. Хрестоматия [Электронный ресурс] / сост. Е.П. Белинская [и др.]. – М.: Аспект Пресс, 2012. - 456 с. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=27073">https://ibooks.ru/reading.php?productid=27073</a>   | +      |        |        | +      |
| 5                                | Шадриков В.Д. Психология деятельности человека [Электронный ресурс] / В.Д. Шадриков. – М.: Институт психологии РАН, 2013. - 463 с. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=343260">https://ibooks.ru/reading.php?productid=343260</a>   | +      |        |        |        |

**6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины**

Psychology-online.net: Материалы по психологии [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.psychology-online.net/>

Центр дистанционного образования «Элитариум» (Санкт-Петербург)[Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.elitarium.ru/>

Консультативная психология и психотерапия – периодическое специализированное научно-аналитическое издание по проблемам теории, методологии и практики консультативной психологии и психотерапии. [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://psyjournals.ru/mpj/>

### 6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

EastView [Электронный ресурс]: informationservices. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0>. – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=456](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456)– Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=435](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435) . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

\_\_\_\_\_ Г.Л. Горохова  
(подпись, расшифровка)