

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені В. Н. КАРАЗІНА

ПСИХОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ВАЛЕОЛОГА

Навчально-методичний посібник
для самостійної роботи студентів
напряму підготовки «Здоров`я людини»

Харків – 2016

УДК 613: 378.015.3 (015.8)

ББК 51.204.0 я 73

П 86

Рецензенти: **Є. В. Фролова** – доцент кафедри психологічного консультування Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, кандидат психологічних наук, доцент;

І. М. Щербак – доцент кафедри здоров'я людини і корекційної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, кандидат педагогічних наук.

*Затверджено до друку рішенням Науково-методичної ради
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
(протокол № 2 від 25 лютого 2016 року)*

П 86 **Психологічна** компетентність валеолога : навчально-методичний посібник / уклад. Н. В. Самойлова, Я. М. Метіль. – Х. : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2016. – 76 с.

Навчально-методичний посібник розроблено для студентів напряму підготовки «Здоров'я людини» з метою активізації пізнавальної активності студентів, формування глибоких, систематичних знань з дисципліни «Психологічна компетентність валеолога» та реалізації компетентнісного навчання у вищому навчальному закладі.

Для студентів 5 курсу напряму підготовки 8.010203 «Здоров'я людини».

УДК 613: 378.015.3 (015.8)

ББК 51.204.0 я 73

© Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, 2016

© Самойлова Н. В., Метіль Я. М., уклад., 2016

© Дончик І. М., макет обкладинки, 2016

ЗМІСТ

Тема 1. Поняття про психологічну компетентність.....	4
Тема 2. Психологічна компетентність педагога-валеолога. Поняття та структура	5
Тема 3. Соціально-перцептивна компетентність.....	7
3.1. Компоненти соціальної перцепції.....	7
3.2. Поняття про емоційні стани людини.....	10
Тема 4. Соціально-психологічна компетентність	16
4.1. Саморегуляція психічних станів особистості.....	16
4.2. Методи психосаморегуляції.....	19
4.3. Специфіка прийомів саморегуляції для людей з різними індивідуально-типологічними особливостями.....	20
Тема 5. Аутопсихологічна компетентність.....	28
5.1. Я-концепція творчого саморозвитку педагога.....	31
5.2 . Способи самомотивації.....	35
Тема 6. Комунікативна компетентність.....	46
6.1. Структура педагогічного спілкування.....	47
Тема 7. Психолого-педагогічна компетентність.....	56
7.1. Педагогічна стратегія взаємодії в системі «Викладач – студент».....	56
7.2. Форми психологічних захистів.....	60
7.2.1. Форми захисту за В. І. Гарбузовим.....	63
7.3. Способи подолання психологічних захистів за типом темпераменту.....	66
Рекомендована література.....	74