Український державний університет імені Михайла Драгоманова
Факультет психології

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (СИЛАБУС)

ПСИХОГІГІЄНА ТА ПСИХОПРОФІЛАКТИКА

(назва навчальної дисципліни)

Психологічне консультування

(назва освітньої програми)

Рік навчання 1 , семестр 1

Форма навчання (*денна*, *заочна*)

Галузь знань
05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність
053 Психологія
(шифр, назва)
Освітній рівень
Бакалаврський

Кафедра та викладач	Кафедра теоретичної і консультативної психології Викладач: Цьомик Х.Б. Лінк на профіль викладача у Google Scholar https://scholar.google.com.ua/citations?user=R9V6Ye8AAAAJ&hl=uk E-mail: k.b.tsomyk@udu.edu.ua Лінк на курс в Moodle: https://moodle.udu.edu.ua/my/courses.php
I. Основна мета/цілі навчання	формування та засвоєння у майбутніх психологів-консультантів основних теоретико-методологічних засад психогігієни та психопрофілактики, розширення знань з проблем охорони психічного здоров'я, набуття практичних умінь і навичок щодо його збереження та встановлення гармонійної взаємодії між людиною і оточуючим середовищем.
II. Місце навчальної дисципліни в освітній програмі	*Навчальна дисципліна обов'язкова* *Цикл професійної підготовки*
III. Обсяг навчальної дисципліни	

Кількість кредитів	*3*
Загальна кількість годин	*90*
Лекційні заняття	*16*
Семінарські/практичні заняття	*28*
Самостійна робота	*46*

IV. Короткий зміст навчальної дисципліни	***Тема 1. Загальні засади вивчення психогігієни.*** Предмет, об'єкт та завдання психогігієни. Історія виникнення і розвиток психогігієни як науки. Основні функції та напрямки психогігієни. Розділи психогігієни (вікова психогігієна, психогігієна навчання та виховання, психогігієна праці, психогігієна колективного життя, психогігієна сім'ї та статевого життя). Методи психогігієни.

	Тема 2. Становлення психопрофілактики як науки та практичної діяльності. Поняття та завдання психопрофілактика. Історія становлення психопрофілактики як науки. Рівні психопрофілактики. Форми та методи психопрофілактики. Етичні та нормативні вимоги до організації і проведення психопрофілактичної роботи. ***Тема 3. Феномен психічного здоров'я у системі психогігієнічних знань.*** Здоров'я як системне поняття. Загальна характеристика психічного здоров'я. Складові та критерії психічного здоров'я особистості. Діагностика психічного здоров'я. ***Тема 4. Психогігієна особистості.*** Психологічна сутність поняття «гармонія», «особистість». Ознаки гармонійності особистості. Потенціали гармонійного розвитку особистості (саногенний потенціал особистості). Особистісна гармонія та дисгармонія. Параметри характеристики психічних станів ризику. Життєві кризи особистості. Психогігієна станів ризику. Саморегуляція. ***Тема 5. Психогігієна та психологічна профілактика у закладах системи освіти.*** Особливості психопрофілактичної роботи у дошкільних навчально-виховних закладах. Характеристика змісту і завдань психопрофілактичної роботи шкільного психолога. Форми та методи психологічної профілактики у школі. Основні завдання психогігієни навчальних занять. Організація та проведення комплексних психолого-педагогічних профілактичних заходів. Специфічні особливості психопрофілактичної роботи у вищих закладах освіти. ***Тема 6. Психопрофілактика в структурі діяльності соціально-психологічної служби (СПС).*** Аналіз сучасного стану психопрофілактичної роботи СПС в Україні та закордоном. Характеристика видів та форм психопрофілактичної роботи СПС. Завдання і напрямки психопрофілактичної роботи СПС. Закономірності функціонування сім'ї, характер сімейних відносин, загальні правила і конкретні прийоми гармонізації сімейного життя, можливих превентивних заходах щодо сімейних конфліктів, а також практична допомога сім'ям, члени яких звертаються до фахівців. ***Тема 7. Психопрофілактика нервово-психічних порушень.*** Загальна характеристика доклінічних нервово-психічних порушень. Психогенії: визначення, форми, причини виникнення. Основні напрямки профілактики нервово-психічних порушень. Психологічні заходи запобігання нервово-психічних порушень. Особливості профілактики неврозів у людей (дітей, школярів, дорослих) з різним типом ВНД. Вікові особливості профілактики нервово-психічних порушень. Принципи, рівні та методи профілактики депресивних розладів. Сучасний стан проблеми поширеності та профілактики нервово-психічних порушень. ***Тема 8. Психопрофілактика девіантної поведінки.*** Девіантна поведінка: визначення, причини виникнення, особливості прояву. Рівні та умови психопрофілактики девіантної поведінки. Форми і методи психологічної профілактики девіантної поведінки. Суїцидальна поведінка: визначення поняття, мотиви та причини. Теоретико-методологічні основи психології залежної поведінки. Психологія адитивної поведінки. Типологія адикцій: хімічні, біохімічні та нехімічні адикції.
V. Результати навчання	***Програмні компетентності*** СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ. СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту. СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. ***Результати навчання*** ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (зокрема, щодо організації заходів раннього втручання). ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.
VI. Порядок і критерії	***Форма підсумкового контролю*** - *іспит.* **Критерії оцінювання**

оцінювання	Під час усних відповідей: повнота розкриття питання; логіка викладення, культура мовлення; впевненість та аргументованість; використання основної та додаткової літератури (підручників, навчальних посібників, журналів, інших періодичних видань тощо); аналітичні міркування, вміння робити порівняння, висновки. Під час виконання письмових завдань: повнота розкриття питання; цілісність, систематичність, логічна послідовність, вміння формулювати висновки; акуратність оформлення письмової роботи. **Рівень відповідності критеріям** Творчий рівень (90 – 100 балів). Здобувач засвоїв навчальну дисципліну повністю, вільно володіє навчальним матеріалом, успішно і креативно розв'язує завдання різних видів складності, аргументовано висловлює свої думки, займається самоосвітою, може брати активну участь в наукових проєктах і конкурсах. Високий рівень (80 – 89 балів). Здобувач засвоїв навчальну дисципліну в необхідному обсязі, володіє навчальним матеріалом у межах навчальної дисципліни, виконав завдання до кожної теми, проте у відповідях допускає деякі неточності. Достатній рівень (70 – 79 балів). Здобувач засвоїв навчальну дисципліну в повному обсязі, але нерівномірно володіє навчальним матеріалом, здатний його аналізувати, проте не може сформулювати висновки досить ґрунтовно. Задовільний рівень (65 – 69 балів). Здобувач загалом опанував навчальну дисципліну, але більшість тем засвоїв поверхово. Низький рівень (60 – 64 балів). Здобувач загалом засвоїв навчальну дисципліну, але дуже поверхово, володіє навчальним матеріалом на елементарному рівні і фрагментарно, не може самостійно викласти зміст більшості тем. Незадовільний рівень: 35 – 59 балів з можливістю повторного складання. Здобувач частково засвоїв навчальну дисципліну, не засвоїв більшості тем, володіє елементарними знаннями з навчальної дисципліни, не вміє логічно, послідовно, грамотно висловлювати думку; 0 – 34 балів з обов'язковим повторним вивченням навчальної дисципліни. Здобувач не виконав більшості завдань, не володіє навчальним матеріалом.
VII. Політика курсу*	**Нормативна база освітнього процесу в УДУ імені Михайла Драгоманова доступна за посиланням https://udu.edu.ua/resursy/normatyvni-dokumenty, там здобувачі зможуть ознайомитись з такими нормативними документами:** Статут УДУ імені Михайла Драгоманова, Положення про організацію освітнього процесу в УДУ імені Михайла Драгоманова, Правила внутрішнього розпорядку УДУ імені Михайла Драгоманова, Положення про запобігання булінгу, Положення про академічну доброчесність УДУ, Положення про порядок контролю якості знань студентів УДУ імені Михайла Драгоманова, Положення про формування вибіркової частини робочих навчальних планів УДУ імені Михайла Драгоманова, Положення про неформальну та інформальну освіту учасників освітнього процесу в УДУ імені Михайла Драгоманова, Положення про врегулювання конфліктів в УДУ імені Михайла Драгоманова, Положення про академічну мобільність учасників освітнього процесу в УДУ імені Михайла Драгоманова
VIII. Основні інформаційні ресурси	***Основні джерела для вивчення навчальної дисципліни:*** 1. Медична психологія [Текст]: [підручник: у 2 т.]. Вінниця: Нова Книга, 2020. Т. 1: Загальна медична психологія / за ред. проф., д-ра мед.наук Г.Я. Пилягіної. 2020. 281 с. 2. Поліщук С.А. Психологічні практики в системі підготовки практичних психологів: Навч. – метод. посібник. К.: Університетська книга, 2023. 134 с. 3. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів : навч.-метод. посіб. / Л.І. Магдисюк, Р.П. Федоренко, А.П. Мельник, О.М. Хлівна, Т.І. Дучимінська. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 236 с. 4. Чапмен А.Л., Гратц К.Л., Тул М.Т. Навички діалектичної поведінкової терапії для подолання тривоги. К.: Видавництво Ростислава Бурлаки, 2022. 308 с. *5.* Bihun, N., Pashko, T., Danchuk, Y., Kryvonis, T., Sami, S., & Ivanikiv, N. Neuropsychological and Personality Development of Adolescents with Depressive Disorders. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 2022. 13(2), 191-210