



Психогієна

Кредити та кількість годин:

денна форма 3 кредити ECTS; 90 годин: 16 лекційних, 20 практичних, 54 самостійна робота; залік

заочна форма 3 кредити ECTS; 90 годин: 2 лекційних, 4 практичних, 84 самостійна робота; залік

I. Опис навчальної дисципліни

Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати студент відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Психогієна», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.

«Психогієна» є складовою частиною дисциплін психологічного циклу нормативного блоку. Її вивчення передбачає підвищення професійної компетентності психологів та сприяє ефективній самореалізації їх як фахівців.

II. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу: засвоєння студентами основних теоретичних знань і практичних навичок психогієни та психопрофілактики для впровадження їх в свою подальшу практичну діяльність.

Завдання навчальної дисципліни – розвинути та набути такі компетентності:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК12. Здатність ефективно вирішувати завдання щодо збереження і зміцнення здоров'я (фізичного, психічного, соціального та духовного) як власного, так і оточуючих.

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (в тому числі, в контексті організації заходів раннього втручання).

СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формувати аргументовані висновки та рекомендації.

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в тому числі особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни). Здатність психолога до сприяння, відновлення, підтримки та/або підвищення позитивного функціонування особистості та почуття благополуччя. Здатність до розуміння терапевтичних методів та процесів, що застосовуються у роботі з різними особами, котрі пережили стрес, отримали травматичний досвід; тими, хто відчуває труднощі, пов'язані з тривогою, настроєм, пристосуванням до несприятливих обставин або подій у житті.

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

СК13. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК14.Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

III. Результати навчання

Здобувачі освіти оволодіють такими програмними результатами:

ПР1.Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР2.Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР3.Здійснювати пошук інформації з різних джерел (у тому числі з використанням інформаційно-комунікаційних технологій) для вирішення професійних завдань.

ПР4.Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

ПР10.Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника; володіти культурою спілкування, його формами, способами; уміти використовувати принципи професійного спілкування на рівні сучасної української літературної мови; спілкуватися іноземною мовою для здійснення професійної і міжособистісної комунікації.

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР15.Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності; дотримуватися у своїй діяльності сучасних принципів толерантності, діалогу і співробітництва.

ПР17.Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

ПР18.Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПР19.Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

ПР20. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

IV. Програма навчальної дисципліни (структура дисципліни)

№	Тема дисципліни
1	Предмет і завдання психогігієни, психопрофілактики
2	Методи психогігієни та психопрофілактики
3	Історія розвитку психогігієни та психопрофілактики
4	Розуміння саногенного потенціалу особистості
5	Особливості вікової психогігієни
6	Психологічна стійкість особистості
7	Буденна психологія та психогігієна
8	Освітній процес і стрес. Загальні уявлення про стрес
9	Професійна діяльність психолога в психології здоров'я
10	Оптимізація розумової працездатності студента в освітньому процесі

