

 LABORE ET ZELO	Проблеми розвитку психологічно здорової особистості (блок вибірових дисциплін)
	Обсяг: 28 кредити ЄКТС (7 дисциплін по 4 кредити ЄКТС)
	Протягом скількох семестрів викладається: чотирьох
	Дні, Час, Місце: згідно розкладу
	Мова викладання: українська

Опис блоку дисциплін

Сучасний стан розвитку суспільства та війна в Україні не сприяють формуванню та розвитку психологічного здоров'я людини. Перебуваючи повсякчас у стресовій ситуації людина не може на достатньому рівні реалізовувати свій потенціал та знаходитися у активній позиції не травмуючись і не отримуючи постстресових наслідків. Освітній компонент **«Психологія управління стресом»** зосереджується на розумінні поняття стресу і посттравматичного стресу сприяє формуванню здатності характеризувати основні стадії та види стресу, аналізувати основні стратегії оволодіння важкими ситуаціями, застосовувати різноманітні діагностичні процедури дослідження стресу та пов'язаних з ним розладів зосереджується на розвитку психологічних компетентностей, важливих для особистості в сучасних умовах.

Основна увага курсу **«Психологічне здоров'я людини»** приділяється сучасним дослідженням психологічного здоров'я. Студенти навчаються здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно значимих знань та сформулюють вміння донесення до фахівців і нефахівців інформації, ідей, проблем, рішень, власного досвіду та аргументації щодо проблем здоров'я особистості.

Курс **«Медіація конфліктів»** розроблений для розширення теоретичних та практичних знань студентів про конфлікт та його вирішення, отримання ними досвіду усвідомлення власної поведінки в конфлікті та набуття навичок конструктивного вирішення конфліктів через медіацію. Завдання курсу полягають у поглибленні та уточненні професійних знань студентів про конфлікт, конфліктну ситуацію, структуру, динаміку, функції конфлікту; формуванні конфліктологічної компетентності (професіоналізму в управлінні конфліктами), що передбачає наявність знань про різні аспекти феномену конфлікту та оволодіння конструктивного вирішення конфліктів у ситуаціях складної міжособистісної взаємодії; удосконаленні професійної здатності до рефлексування та безоцінкового сприймання іншого; активізації прагнення студентів до самоосвіти і самовдосконалення, розвитку інтересу до суб'єктивного світу іншого.

Акмеологія як наука не тільки виявляє механізми, що відповідають досягненню «акме», але також займається розробкою моделі поведінки молодшої людини (зокрема, у дитинстві та юності), яка дозволить їй максимально наблизитися до «акми» у зрілому віці. Розроблений курс **«Акмеологія»** дозволяє сформувати здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях, цінувати та поважати різноманітності та мультикультурності, сформувати здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

Протягом життя людина переживає багато різних кризових ситуацій, травматичних подій та ситуацій. Найважливішими вміннями людини є вміння справлятися зі складними життєвими ситуаціями, розуміти себе і свої переживання, уміти конструктивно керувати власними негативними емоційними переживаннями та станами, знаходити способи полегшення своїх психологічних страждань, розуміти та усвідомлювати підстави вибору рішень, приймати найбільш продуктивні успішні рішення саме даним питанням присвячено курс **«Психологія життєвої кризи»**.

Суспільство та його розвиток не стоїть на місці, а простору і часу для налагодження

взаємовідносин стає все менше, тому необхідно бути підготовленим до нових взаємин заздалегідь як теоретично так і мати певні уявлення про застосування таких знань у практичному та повсякденному житті. Курс «**Психологія відносин**» дасть можливість розширити теоретичні знання студентів про відносини, поведінку та дозволить усвідомити власну поведінку і набути певний практичний досвід.

Мета навчання

Після успішного закінчення блоку вибіркових дисциплін студенти будуть здатні:

- до професійного розвитку, навчання протягом життя, самопрезентації та представлення результатів своєї професійної діяльності, планувати та управляти власним робочим часом (особиста та навчальна компетентність);
- до особистісного і професійного самовизначення, самоствердження і самореалізації впродовж життя, цінування багатоманітності у суспільстві;
- до здійснення власного професійного розвитку та самоосвіти (самооцінювання професійної діяльності, планувати і реалізовувати індивідуальний професійний розвиток та самоосвіту, здійснювати зовнішню та внутрішню супервізію та інтервізію, здатність до рефлексії, самопізнання та самовдосконалення).

Програмні результати навчання

У результаті навчання здобувачі досягнуть таких результатів:

- діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- діяти соціально відповідально та свідомо, цінувати та поважати різноманітність та мультикультуральність;
- здійснювати практичну діяльність з використанням науково верифікованих методів та технік.
- здійснювати медіацію в конфліктних ситуаціях у педагогічній, соціальній та виробничій сферах.
- застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Форми і методи навчання

Блок вибіркових дисциплін буде викладений у формі лекцій та практичних занять, організації самостійної роботи студентів в бібліотеках та комп'ютерних мережах. Викладач використовуватиме проблемні та інтерактивні методи навчання, консультації.

Навчання відбуватиметься на платформі Уніком та з використанням застосунків Google, тому здобувачам вищої освіти потрібно мати обліковий запис у навчальному середовищі Уніком та Google.

Організація навчання

№	Назва навчальної дисципліни	Семестр	Кредити ЄКТС	Всього годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота
1	Психологія управління стресом	1-й осінній	4	120	10	10	20	80
2	Психологічне здоров'я людини	2-й весняний	4	120	14	14	12	80
3	Психологія саморозвитку	3-й осінній	4	120	6	6	28	80
4	Медіація конфліктів	3-й осінній	4	120	14	14	12	80
5	Акмеологія	3-й осінній	4	120	14	14	12	80
6	Психологія життєвої кризи	4-й весняний	4	120	10	10	20	80
7	Психологія відносин	4-й весняний	4	120	20	20	-	80