

 ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені Богдана Хмельницького Навчально-методичний відділ	Силабус навчальної дисципліни Внутрішньогалузева 2 «Ментальне здоров'я учасників освітнього процесу»			
	Статус дисципліни: навчальна дисципліна вибіркового компонента фахового переліку			
Галузь знань	«01 Освіта / Педагогіка»			
Спеціальність	013 «Початкова освіта»			
Освітня програма	«Початкова освіта»			
Ступінь вищої освіти	Магістр			
Форма навчання	Денна, заочна			
Курс	1 курс			
Семестр	2			
Обсяг дисципліни	Кредити	3	Години	90
Семестровий контроль	Залік			
Викладач	Литвин І.М., канд.пед.наук, старший викладач			
Контактна інформація	e-mail: in.litvin19@vu.cdu.edu.ua			
Кафедра	Початкової освіти			
Навчально-науковий інститут / Факультет	Навчально-науковий інститут педагогічної освіти, соціальної роботи і мистецтва			
Мова викладання	українська			
Предмет навчання (Що буде вивчатися)	Предмет вивчення навчальної дисципліни: є збереження та шляхи підтримки ментального здоров'я учасників освітнього процесу, підвищення рівня їх психологічної культури.			
Мета (Чому це цікаво/потрібно вивчати)	Метою вивчення дисципліни: надати майбутнім фахівцям початкової освіти послідовну систему знань, щодо проблем психічного здоров'я, засвоєння методологічних принципів, понять, аспектів та фактів його поліпшення. Знати вплив екстремальних ситуацій на психічне здоров'я та особливості надання допомоги учасникам освітнього процесу в наслідок стандартних, нестандартних та невизначених, а також через проживання психотравматичних подій. Збереження та шляхи підтримки ментального здоров'я учасників освітнього процесу, підвищення рівня їх психологічної культури.			
Програмні результати (Чому можна навчитися)	Завданнями вивчення навчальної дисципліни «Ментальне здоров'я учасників освітнього процесу» передбачено: формування психологічних механізмів здорової поведінки; формування внутрішньої картини здоров'я; обґрунтування методів психологічного впливу на зміцнення і поліпшення стану здоров'я особистості; розуміння			

	сутності ментального здоров'я, структури та чинників, які його визначають; знання загальних і специфічних аспектів проблеми збереження та підтримки ментального здоров'я учасників освітнього процесу; здатність застосовувати в освітньому процесі практики усвідомленого емоційного реагування; уміння використовувати техніки допомоги і самодопомоги при переживанні негативних психічних станів. У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти зможуть: ПРН 5- Здійснювати супервізію, інтервізію, надавати педагогічну, психологічну та методичну допомогу учасникам освітнього процесу.
Компетентності (Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями)	Дисципліна сприяє формуванню у студентів наступних компетентностей. Загальних компетентностей (ЗК): Інтегральної компетентності: здатність розв'язувати дослідницькі та/або інноваційні задачі у сфері початкової освіти. Загальних компетентностей (ЗК): ЗК 1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу. ЗК 2. Здатність генерувати нові ідеї (креативність). ЗК 3. Здатність виявляти ініціативу та підприємливість. Спеціальних компетентностей (СК): СК 1. Здатність реалізовувати концептуальні засади, цілі, завдання, принципи функціонування системи освіти в професійній діяльності, усвідомлювати та поцінювати взаємозалежність людей і систем у глобальному світі. СК 2. Здатність використовувати різні стратегії комунікації державною та іноземною мовами в професійній та науковій діяльності у сфері початкової освіти. СК 4. Здатність створювати та застосовувати інноваційні технології в навчанні освітніх галузей, визначених у Державному стандарті початкової освіти, в стандартних, нестандартних та невизначених ситуаціях.

	СК 7. Здатність інтегрувати знання й розв'язувати складні задачі, провадити дослідження та/або інноваційну діяльність з метою розвитку нових знань та процедур у сфері початкової освіти. СК 9. Здатність організовувати різні види і форми навчальної та пізнавальної діяльності учнів у складних, непередбачуваних умовах, що потребують нових методичних підходів, співпраці з різними соціальними інституціями і категоріями фахівців для створення безпечного освітнього середовища початкової школи.
--	--

Зміст дисципліни	Змістовий модуль 1. Критерії оцінки психічного здоров'я Тема 1. Психічне здоров'я. Предмет, завдання та методи дослідження психологічного стану людини. Концепція психічного здоров'я. Психічне здоров'я. Методи психологічного дослідження. Експериментально-психологічні методи, їх роль у психологічній діагностиці людини. Принципи побудови комплексного психологічного дослідження. Людина як об'єкт психічного здоров'я. Загальна стратегія концепції здоров'я. Сучасний стан психічного здоров'я населення України. Спосіб життя і психічне здоров'я. Тема 2. Стан психічних функцій і хвороба. Психологія індивідуальних відмінностей. Пізнавальні та емоційно-вольові процеси психіки в нормі та при патології. Клініко-психологічні аспекти емоційно-вольової сфери. Вплив хвороби на емоційно-вольову сферу людини. Вплив хвороби на емоційний стан. Хворобливі зміни емоцій: тривога, депресія, емоційна лабільність. Вольові якості особистості: витримка, рішучість, наполегливість, ініціативність, організованість та їх роль у житті людини. Свідомість, самосвідомість, їх рівні. Теорія несвідомого. Тема 3. Психологія педагогічних працівників. Соціальне середовище і психічне здоров'я. Основні вимоги до особистості педагогічних працівників. Специфіка педагогічного колективу і професійна деформація. Синдром емоційного вигорання, шляхи його попередження. Якості, що
------------------	---

забезпечують успішність виконання професійної діяльності.

Тема 4. Вікові аспекти психічного здоров'я.
Вікові аспекти розвитку особистості. Розвиток і формування дитини дошкільного, шкільного, підліткового та юнацького віку. Кризові стани. Психологія сиріт та дітей з неповних сімей. Проблеми сучасної сім'ї.

Тема 5. Психологічні аспекти девіантної поведінки. Спосіб життя і психічне здоров'я.
Чинники що впливають на виникнення тотальної психічної залежності. Вплив комп'ютерних ігор на організм. Стадії ігрової залежності. Норми оцінки поведінки особистості Психологічний зміст поняття «девіантна поведінка», у чому проявляється девіантна поведінка особистості? Види девіантної поведінки та їх стислий аналіз. Суїцид як прояв девіантної поведінки особистості. Рівні прояву девіантної поведінки особистості? Психологічний аналіз делінквентної і кримінальної поведінки. Психологічний аналіз особливостей прояву адиктивної поведінки, можливі об'єкти залежності в разі такої поведінки. Особливості особистості з девіаціями поведінки, приклади відповідно до виду девіації. Віктимна поведінка особистості.

Змістовий модуль 2. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)

Тема 6. Загальні уявлення про психологію посттравматичного стресового розладу.
Підходи до визначення поняття стресу у психології. Теорії та моделі стресу. Види стресу. Поняття стресостійкості у психології. Адаптація до стресу. Травматичний стрес. Характеристика травматичних ситуацій. фази психологічної реакції на травму. Причини виникнення ПТСР. Основні симптоми та клінічні прояви ПТСР. Невротичні та патохарактерологічні синдроми, характерні для ПТСР.

Тема 8. Вплив травмувальної ситуації на психіку людини та групу.
Стрес. Травматичний стрес. Характеристики травми, здатної викликати травматичний стрес. Загальні умови розвитку травматичного стресу. Фактори, що підсилюють чи послаблюють травматичний стрес. Стратегій поведінки людей, які пережили психічну травму. Динаміка переживання

у ситуації травматичного впливу. Особливості прояву гострої реакції на стрес (страх, апатія, ступор, рухове збудження, агресія, нервові тремтіння, плач, істерика, паніка тощо). Бойовий стресовий синдром як різновидність гострої стресової реакції. Реакція горя. Розлади адаптації. Тривожний розлад. Тривожно-фобічний розлад. Депресивні стани.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) як відстрокована реакція на пережиту травму.

Тема 9. Дитячі психічні травми.

Ознаки стресу чи ПТСР у дітей. Особливості ПТСР у дітей. Психологічна робота з дітьми в умовах травматичної кризи. Правила реагування батьків на ознаки стресу в дітей. Індивідуальна та групова робота з дітьми-переселенцями. Групова робота з подолання страхів у дітей вимушених переселенців. Страхів у дітей вимушених переселенців. Особливості повідомлення про смерть рідної людини дитині.

Тема 10. Психологічна допомога на різних етапах переживання травми.

Особливості організації та принципи надання першої психологічної допомоги (ППД). Етичні правила надання ППД. Взаємодія та координація під час надання ППД. Алгоритм дій.

Тема 11. Способи мінімізації впливу травмувальної ситуації на особистість та групу.

Індивідуальна вразливість і психологічні наслідки травми. Роль захисних механізмів у подоланні наслідків стресу. Модель психологічної реабілітації. Методи адаптивної саморегуляції стресу. Антистресова релаксація. Методичні підходи до формування стресостійкості у дітей.

Методи захисту під час розгортання соціально-політичної надзвичайної ситуації. Методи самодопомоги.

Тема 12. Стрес у професійній діяльності. Типові стресори.

Стрес, травматичний стрес, посттравматичний стресовий розлад. Особливості ПТСР у професійній діяльності. Індивідуальна вразливість і психологічні наслідки травми. Роль захисних механізмів психіки в подоланні стресу. Можливості «розширення меж світосприймання, переоцінки цінностей».

Список рекомендованої літератури:

	Основна		
	1. Психічне здоров'я / О.Чабан, В.Ящук, Я. Несторович. Тернопіль: ТДМУ «Укрмедкнига», 2008. 479 с.		
	2. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров'я та міжособового спілкування / І.Губенко, О.Капнацька, О.Шевченко. Медицина, 2013. 296 с.		
	3. Основи психології / І.Вітенко, Т.Вітенко. Вінниця: Нова книга, 2001.		
	4. Основи загальної та медичної психології / І.Вітенко, О.Чабан. Тернопіль: Укрмедкнига, 2003.		
	5. Профілактика та корекція посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти / Д.Романовська / Навчальний посібник. Чернівці: Технодрук, 2014. 133 с.		
	6. Основи психології. / О.Киричука, В.Роменця. Київ: Либідь, 2002.		
	7. Психологія: підручник / Ю.Трофімов, В. Рибалка, П. Гончарук та ін.. Київ: Либідь, 2000. С. 108-112.		
	8. Психологічні основи групової психокорекції: навч. посібник Яценко Т. Київ: Либідь, 1996. 246 с.		
	Додаткова		
	1. Загальна психологія / Максименко С., Солов'єнко В., Зайчук В., Пачуга В. Вінниця: Нова книга, 2006.		
	2. Загальна психологія: навчальний посібник / П.М'ясоїд. Київ: Вища школа, 2000. С. 163-186.		
	3. Основи психології. / О.Киричука, В.Роменця. Київ: Либідь, 2002.		
	4. Соціальна психологія / О.Швачко. Київ: Вища школа, 2002.		
	Електронні джерела		
	1. Мультимедійне забезпечення лекцій.		
	2. Закон України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 № 1556-VII (ст. 16). [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/T141556.html .		
	3. Веб-сайт Національної бібліотеки України ім. В.І.Вернадського. [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://www.nbuv.gov.ua/		
Розподіл годин	Лекційні	14	4
	Практичні/семінарські	16	4
	Лабораторні	0	0

	Самостійна робота	60	82
Критерії оцінювання роботи студентів	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента під час вивчення дисципліни: структура усної відповіді під час підсумкового контролю та в ході практичних занять вимагає від кожного студента дотримання наступних компонентів: 1) визначення основних понять питання (теми, наукової проблеми): формулювання визначень, базисних категорій і понять; пояснення, тлумачення наведених понять (за необхідності); наведення альтернативних (синонімічних) визначень, якщо такі мають місце; коментар; 2) генезис: звідки увійшло в педагогічну лексику, коли та як виникло вперше; що відомо про першоджерела; як відбувався подальший розвиток; сучасний стан поняття (наукової проблеми); 3) сутність: взаємозв'язок з іншими компонентами системи; аналіз цих зв'язків; закономірності розвитку і функціонування; 4) технологічний аспект використання теоретичного чи прикладного педагогічного знання: переваги та недоліки; значення для передового вітчизняного чи зарубіжного педагогічного досвіду; існуючі та нерозв'язані проблеми; 5) власна оцінка: альтернативні погляди, власне бачення способів розв'язання проблеми; власна оцінка, припущення, їх обґрунтованість. Оцінювання знань з дисципліни здійснюється на основі результатів поточного і підсумкового контролю знань за 100-бальною шкалою. 90-100 А – «відмінно» – здобувач вищої освіти виявляє: високий рівень володіння навчальним матеріалом; самостійність у аналізі і узагальненні опанованого матеріалу; особливі творчі здібності; уміння самостійно здобувати знання, знаходити і опрацьовувати необхідну інформацію; уміння використовувати сформовані загальні та спеціальні компетентності для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях; переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні здібності; високий рівень засвоєння практичних умінь і навичок; уміння вільно використовувати набуті знання під час виконання, практичних завдань; уміння висловлювати своє ставлення до		

обговорюваних проблем, здатний висловити власну думку щодо дискусійних питань, що ґрунтується на глибокому знанні матеріалу з фаху; здатність пов'язувати теоретичний матеріал із практичними завданнями майбутньої професійної діяльності.

82 – 89 В – «дуже добре» – здобувач вищої освіти виявляє: вільне володіння теоретичним матеріалом; глибоке знання змісту навчальної дисципліни, основних положень наукових джерел та навчальної літератури; уміння вільно використовувати набуті знання під час виконання практичних завдань, висловлювати своє ставлення до обговорюваних проблем; уміння вільно розв'язувати вправи і задачі у стандартних ситуаціях; знання основоположних теорій і фактів, уміння наводити окремі власні приклади на аргументувати певні думки; здатність пов'язувати теоретичний матеріал із практичними завданнями майбутньої професійної діяльності; демонструвати високий рівень засвоєння практичних умінь і навичок; уміння застосовувати вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, здатність аналізувати, установлювати найсуттєвіші зв'язки і залежність між явищами, фактами, робити висновки; здатність самостійно виправляти допущені помилки, кількість яких незначна.

75 – 81 С – «добре» – здобувач вищої освіти виявляє: знання змісту освітніх компонентів, основних положень наукових першоджерел та рекомендованої літератури; уміння використовувати набуті знання під час виконання практичних завдань, висловлювати своє ставлення до обговорюваних проблем; здатність пов'язувати теоретичний матеріал, із практичними завданнями майбутньої професійної діяльності; рівень засвоєння практичних умінь і навичок, необхідний для розв'язання теоретичних і практичних завдань; відповідь є переважно логічною, послідовною, обґрунтованою, дає змогу переважно висвітлити основні положення екзаменаційного питання; під час усної відповіді або розв'язання практичних завдань допустив окремі неточності.

68 – 74 D – «задовільно» – здобувач вищої освіти: в основному опанував знаннями змісту більшості

освітніх компонентів, в основному орієнтується в наукових першоджерелах та рекомендованій літературі; теоретичний зміст курсу засвоєний не повністю, але прогалини не носять суттєвого характеру; виявляє вміння в окремих випадках використовувати набуті знання під час виконання практичних завдань, не завжди пов'язує теоретичний матеріал із практичними завданнями майбутньої професійної діяльності; продемонстрував середній рівень засвоєння практичних умінь і навичок, в основному достатній для розв'язання теоретичних і практичних завдань; усна відповідь є невпевненою, непереконаливою, фрагментарною, непослідовною, що дає змогу в основному висвітлити екзаменаційне питання; під час відповіді або розв'язання практичних завдань допустив значні неточності.

60 – 67 Е – «задовільно» – здобувач вищої освіти виявив: часткові знання окремих фрагментів навчального матеріалу з освітніх компонентів; відсутність достатньої орієнтації в наукових першоджерелах та рекомендованій літературі; вміння лише в поодиноких випадках використовувати набуті знання під час виконання практичних завдань та пов'язувати теоретичний матеріал із практичними завданнями майбутньої професійної діяльності; продемонстрував недостатній рівень засвоєння практичних умінь і навичок; більшість завдань не виконано; відповідь є невпевненою, непереконаливою, непослідовною, що не дає змоги висвітлити екзаменаційні питання.

35 – 59 F – «незадовільно» – здобувач вищої освіти не засвоїв матеріал навчальної дисципліни, не розуміє теоретичного матеріалу і не має практичних навичок для виконання поставлених завдань у професійній діяльності. Може дати відповідь із кількох простих речень; здатен усно відтворити окремі положення завдання; не має сформованих практичних умінь і навичок.

Критерії оцінювання навчальних досягнень студента під час вивчення дисципліни: роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид

	діяльності балів); списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування та підготовки практичних завдань в процесі заняття. Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.
Інформаційне забезпечення (лінк на e-НМЗНД)	
Матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, лабораторне обладнання, навчальні стенди, проектор, ноутбук, смартфон, наукова література, презентаційні матеріали.