



**ЧЕРКАСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ**
імені Богдана Хмельницького

Силабус навчальної дисципліни «ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ТОКСИЧНИХ СТОСУНКІВ»

Статус дисципліни: навчальна дисципліна
вибіркового компонента

Для спеціальностей	Усіх спеціальностей			
Окрім спеціальностей	053 Психологія			
Ступінь вищої освіти	Бакалавр			
Форма навчання	Денна, заочна			
Курс				
Семестр				
Обсяг дисципліни	Кредити	3	Години	90
Семестровий контроль	Залік			
Викладач	Шавровська Наталія Володимирівна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології			
Контактна інформація	shavrovsk.natalia@vu.cdu.edu.ua			
Кафедра	Психології			
Навчально-науковий інститут / Факультет	Психологічний факультет			
Мова викладання	українська			
Предмет навчання (Що буде вивчатися)	Міжособистісні стосунки: здорові і токсичні			
Мета (Чому це цікаво/потрібно вивчати)	Метою курсу є визначення та упередження токсичності в процесі міжособистісної взаємодії.			
Програмні результати (Чому можна навчитися)	У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти зможуть: 1. Систематизувати знання у сфері спілкування, діагностики токсичних та здорових стосунків. 2. Засвоїти навички, спрямовані на дотримання чітких особистісних границь у взаємодії та корекцію власної самооцінки. 3. Виробити навички, необхідні для усвідомлення особливостей власного внутрішнього світу та специфіки його презентації. 4. Оволодіти здатністю визначати оптимальні шляхи та методи завершення або розвитку стосунків. 5. Створити власну усвідомлену стратегію ефективного психологічного впливу на співрозмовника.			
Компетентності (Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями)	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. Здатність планувати та управляти часом. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і			

	письмово. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. Здатність бути критичним і самокритичним. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. Здатність генерувати нові ідеї (креативність). Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. Здатність ухвалювати обґрунтовані рішення. Навички оптимальної міжособистісної взаємодії. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети. Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності). Цінування та повага різноманітності та мультикультурності. Здатність працювати автономно. Здатність виявляти ініціативу та підприємливість. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства. Використовувати різні види та форми активного відпочинку та ведення здорового способу життя.	
Зміст дисципліни	Змістовий модуль 1. ОЗНАКИ ТОКСИЧНОСТІ СТОСУНКІВ Психічне здоров'я людини Загальна характеристика токсичних стосунків Психічна травматизація людини в сім'ї Змістовий модуль 2. ПРАКТИКА ЗАВЕРШЕННЯ ТА УПЕРЕДЖЕННЯ ТОКСИЧНИХ СТОСУНКІВ Любовна адикція Ревнощі як різновид токсичних стосунків Вибір партнера та психологічна сумісність Булінг як різновид токсичних стосунків	
Розподіл годин	Лекційні	14
	Практичні/семінарські	16
	Лабораторні	
	Самостійна робота	60
Критерії оцінювання роботи студентів	Загальна система оцінювання курсу: система оцінювання курсу відбувається згідно з критеріями оцінювання навчальних досягнень студентів, що регламентовані в університеті. Кількість балів для складання заліку (підсумковий контроль) становить максимум 100 балів.	

	Вимоги до аудиторної роботи: передбачено одна письмова робота (максимум 10 балів), один індивідуальний творчий проект (максимум 10 балів). Практичні заняття. Враховується відвідуваність усіх занять упродовж семестру. Основними видами навчальної роботи під час освоєння курсу є: усна відповідь під час обговорення теоретичних питань (до 5 балів), індивідуальні практичні завдання (до 10 балів), підготовка та проведення діагностики з використанням психологічних тестів (до 5 балів), активність під час виконання психологічних вправ (до 10 балів). Політика курсу: загальна максимальна сума балів, яка присвоюється студентові за курс, становить 100 балів, яка є сумою балів за виконання практичних завдань, усних відповідей, підсумкову письмову роботу, виконання творчого проекту.
Інформаційне забезпечення (лінк на е-НМЗНД)	
Матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, ноутбук, смартфон, наукова література, презентаційні матеріали. 1. Мак-Кензі Дж. Як звільнитись від токсичних стосунків і не стати жертвою. К.: vivat, 2019. 256 с. 2. Штраус Н. Гірка правда про стосунки. К.: Наш формат, 2019. 408 с. 3. Брювер Дж. Залежний розум. К.: vivat, 2018. 288 с.