

**Силабус навчальної дисципліни
«ОСНОВИ ПСИХОГІГІЄНИ»**

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма: Психологія.

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Курс: 3

Семестр: 5-й

Факультет	Факультет соціальної та психологічної освіти
Кафедра	Психології
Викладач(-і)	ПІБ: Андрусик Олена Олександрівна Посада: викладач кафедри психології E-mail olena.andrusyk@udpu.edu.ua
Лінк на освітній контент дисципліни	https://moodle.dls.udpu.edu.ua/course/view.php?id=8325
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна обов'язкового компонента
Загальний обсяг дисципліни: кредити ЄКТС / години	3/90
Обсяг дисципліни (години) та види занять	Денна форма: лекції (16 год.), практичні (16 год.), самостійна робота (58 год.)
	Заочна форма: лекції (4 год.), практичні (4 год.), самостійна робота (82 год.)
Політика дисципліни	<p>Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату.</p> <p>Відвідування занять. Здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Університету; відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, складати (перескладати) екзамени, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни.</p> <p>Креативна ініціатива здобувача вищої освіти. Здобувачі вищої освіти проявляють здатність до здійснення творчого підходу у діяльності, що проявляється у гнучкості мислення, умінні швидко і без внутрішніх зусиль переключатись з однієї ідеї на іншу, генерувати нові ідеї, прагнненні до винаходів, творчості, зокрема і в науковій діяльності.</p>
Що будемо вивчати?	<p>Навчальна дисципліна «Основи психогігієни» вивчає шляхи забезпечення нервово-психічного здоров'я людини.</p> <p>Це дисципліна на межі психології, медицини (загальна гігієна), соціології і педагогіки, яка займається дослідженням впливу середовища на психіку людини, розробкою норм праці, відпочинку та побуту, психогігієнічною пропагандою.</p>
Чому це треба вивчати?	Для забезпечення загальної теоретичної підготовки у галузі психології, яка буде основою для підвищення професійної компетентності психологів та ефективної самореалізації їх як фахівців. На основі оволодіння основними теоретичними поняттями поглиблювати знання про сутність психогігієни як науки, ознайомити студентів зі змістом, структурою та чинниками психічного здоров'я, суб'єктивного благополуччя і здорового способу життя особистості; навчити визначати стани, ситуації та поведінку ризику; розвивати психологічну спостережливість, творчий підхід до використання основних методів психокорекції під час роботи з клієнтами; формувати у майбутніх

	психологів навички саморозвитку, самокерування та профілактики дисгармоній особистості; виховувати професійні якості студентів.
Яких результатів можна досягнути?	<p>Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.</p> <p>Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.</p> <p>Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.</p> <p>Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.</p> <p>У результаті вивчення дисципліни студенти мають сформувати, вдосконалити такі soft skills:</p> <ul style="list-style-type: none"> - комунікативні навички; - емоційний інтелект; - стресостійкість; - позитивне мислення; - вміння керувати емоціями; - вміння розв'язувати комплексні складні проблеми і задачі; - володіти емпатією.
Як можна використати набуті знання та уміння?	<p>Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>Здатність приймати обґрунтовані рішення.</p> <p>Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</p> <p>Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.</p> <p>Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.</p> <p>Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.</p> <p>Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.</p> <p>Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження.</p> <p>Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.</p>
Зміст дисципліни	<p>Психогігієна як наука.</p> <p>Формування особистості та психічне здоров'я дитини.</p> <p>Адаптація дітей до школи.</p> <p>Психогігієнічні основи організації навчально-виховного процесу в школі.</p> <p>Шкідливі звички.</p> <p>Психогігієнічні аспекти нервово-психічних порушень у дітей і підлітків.</p> <p>Нервово-психічні порушення у дітей і підлітків та їх характеристика.</p> <p>Корекційно-реабілітаційні заходи стосовно нервово-психічних порушень у дітей і підлітків.</p>
Обов'язкові завдання	Опрацювання теоретичного матеріалу, виконання практичних та самостійних завдань, поточного, підсумкового контролю.
Міждисциплінарні зв'язки	Міждисциплінарні зв'язки з дисциплінами «Загальна психологія», «Вікова та педагогічна психологія», «Соціальна психологія», «Педагогіка», «Основи психологічного консультування та психокорекції».
Інформаційне забезпечення (з репозитарію, фонду бібліотеки УДПУ та ін.)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Болтівець С.І. Педагогічна психогігієна: теорія та методика: монографія. К.: Редакція «Бюлетеня Вищої атестаційної комісії України», 2000. 302 с. 2. Гончаренко Г. Т. Психічне здоров'я дитини : навчальний посібник. К., 2003. 112 с. 3. Корольчук М. С. Психологічне забезпечення психічного та фізичного здоров'я : навчальний посібник. К., 2002. 256 с.

	4. Коцур Н.І., Гармаш Л.С., Психогігієна : навчальний посібник. Чернівці: Книги-XXI, 2005. 380с. 5. Прокопенко А.В. Психогігієна : навчальний посібник. Острог: Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2014. 229 с.
Поточний контроль	Виконання практичних завдань, тестовий контроль, виконання завдань самостійної роботи.
Підсумковий контроль	залік

Розробник



Олена АНДРУСИК