

Вибіркова дисципліна 8	«Ресурсні та поведінкові психотренінгові технології»
Рівень ВО	Бакалавр
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	Психологія
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	ДФН 3 курс, 6 семестр, 14 тижнів ЗФН 3 курс, 6 семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	ДФН 6 кредитів 180 годин (ауд. - 84 лекц.-28; пр.-28; лаб. - 28) ЗФН 6 кредитів 180 годин (ауд. - 32 лекц.-12; пр.-10; лаб. - 10)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Педагогічної та вікової психології
Автор дисципліни	Анна КУЛЬЧИЦЬКА
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	До початку вивчення дисципліни студент повинен володіти знаннями з основ психології, загальної та соціальної психології, психології особистості
Що буде вивчатися	<ul style="list-style-type: none"> - основні підходи до вивчення внутрішніх та зовнішніх ресурсів й поведінки особистості; - психологічні закономірності формування та розвитку стресостійкості та адаптаційних можливостей особистості в структурі ресурсно-поведінкового потенціалу; - можливості оптимізації як життєдіяльності, так й професійної діяльності особистості шляхом підвищення та активізації ресурсів особистості; - як розвинути практичні навички й уміння використання психологічних методів діагностики, профілактики й корекції поведінкових реакцій у кризових та екстремальних ситуаціях; - як сформувати уміння і навички збереження й укріплення психічного здоров'я майбутнього спеціаліста через оволодіння способами саморегуляцій і активізації особистісних ресурсів.
Чому це цікаво/треба вивчати	Успішна життєдіяльність особистості, в тому числі і професійна пов'язана не тільки з високим рівнем знань у предметній області безпосередніх функцій виконання поточних завдань, а й з особистісними характеристиками конкретної особи, її внутрішніми опорами та психологічними резервами, знанням та умінням зберегти психічне здоров'я, позитивний емоційний фон у життєвих ситуаціях та робочій

	<p>обстановці. Ці та інші чинники безпосередньо залежать від психологічної грамотності в контексті збереженні та активізації ресурсного потенціалу, в тому числі, емоційної компетентності та високих адаптаційних можливостей та стресостійкості. Тому дана дисципліна є надзвичайно актуальною та потрібною незалежно від фаху, який здобувається .</p>
<p>Чому можна навчитися (результати навчання)</p>	<p>усвідомлення власних внутрішніх та зовнішніх ресурсів; як сформувати та розвинути стресостійкість та адаптаційні можливостей; як використовувати психологічні методи діагностики, профілактики й корекції поведінкових реакцій у кризових та екстремальних ситуаціях; оволодіння знаннями та вміннями з коучингу в структурі ресурсного потенціалу; знання та вміння збереження та укріплення психічного здоров'я/</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Інтегральна компетентність Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов</p> <p>Загальні компетентності</p> <ul style="list-style-type: none"> - Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях(ЗК1). - Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної (ЗК2). діяльності. - Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями (ЗК4). - Здатність бути критичним і самокритичним (ЗК5). - Навички міжособистісної взаємодії(ЗК8). - Здатність працювати в команді (ЗК9). <p>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності</p> <ul style="list-style-type: none"> - Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології (СК1). - Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ (СК2). - Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (СК3).

	<ul style="list-style-type: none"> - Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел (СК4). - Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (СК5). - Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову) (СК8). - Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту (СК9). - Здатність дотримуватися норм професійної етики (СК11). - Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку (СК12).
Інформаційне забезпечення	<ol style="list-style-type: none"> 1. Злобіна О. Г. Суспільна криза і життєві стратегії особистості / О. Г. Злобіна, В. О. Тихонович. – К. : Стислос, 2001. – 238 с. 2. Кульчицька А.В. Коучинг в моделі когнітивно-поведінкової терапії: Методичні рекомендації до самостійної роботи для студентів напряму підготовки «Психологія» освітньої програми «Клінічна психологія» ОКР «магістр» / Кульчицька А.В. – Луцьк: ПП Іванюк . – Друк, 2018. - 10 с. 3. Кульчицька А.В. Особливості формування синдрому емоційного вигорання у публічних службовців. Психічне здоров'я публічних службовців: Матеріали дослідження /авт. кол. Д.П. Власюк, О.В. Кихтюк, А.В. Кульчицька, Т.В. Федотова та ін. – Луцьк: Волинь поліграф, 2018. – С. 45-63. 4. Кульчицька А.В. Теорія та практика психологічного тренінгу /Навчально-методичний посібник / за ред. д. психол. н., проф. Л.В. Засекіної. Авт. кол. : З.Ю. Крижановська, А.В. Кульчицька, А.В. Мітлош, А.Б. Мудрик, О.А. Соловей, Т.В. Федотова, О.Я. Феніна, Х.Ю. Шишкіна; уклад. Л.С. Куренчук. - Луцьк : СПД Галяк Жанна Володимирівна, друкарня «Волиньполіграф», 2014. – 136 с. (22 с.) 5. Лазорко О.В. Арт-терапія: методичні рекомендації до виконання практичних та лабораторних робіт для студентів спеціальності «Психологія» денної форми навчання/ Ольга Валеріївна Лазорко – Луцьк,

	<p>2018. -76 с.</p> <p>6. Лазорко О.В. Психологія духовних практик: методичні рекомендації до виконання практичних та лабораторних робіт для студентів спеціальності «Психологія» денної форми навчання/ Ольга Валеріївна Лазорко – Луцьк, 2018. -31 с.</p> <p>7. Сергиенко Е.А. Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции / Е.А. Сергиенко [Электронный ресурс]. - Режим доступа : http://psystudy.ru/index.php/num/2009n5-7/223-sergienko7.html.</p> <p>8. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К. : Либідь, 2003. – 176 с.</p> <p>9. Федотова Т.В. Особливості вияву суб'єктивного благополуччя як показника психічного здоров'я особистості (на прикладі працівників державної служби) / Федотова Т.В. // Психологічні перспективи. Випуск 31. – Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 2018. – С. 280 – 291.</p> <p>10. Штепа О.С. Психологічні ресурси як унікальні якості майбутніх психологів / О.С. Штепа // Гуманітарний вісник. - К. : Гнозис, 2012. - Додаток 1 до вип. 27. - Том V (38) : Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». - 2012. - С. 536-542.</p>
<p>Web-посилання на (опис дисципліни) силабус навчальної дисципліни на вебсайті факультету (інституту)</p>	<p>https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/18568</p>

Здійснити вибір - [«ПС-Журнал успішності-Web»](#)