



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Волинський національний університет імені Лесі Українки**  
**Факультет психології**  
**Кафедра загальної та клінічної психології**

**СИЛАБУС**  
**вибіркового освітнього компонента**

**ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я НА РОБОЧОМУ МІСЦІ**

підготовки Магістра  
спеціальності 053 Психологія  
освітньо-професійної програми  
Клінічна психологія

Луцьк – 2022

**Силабус вибіркового освітнього компонента «Психічне здоров'я на робочому місці»** підготовки магістрів галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки», спеціальності 053 Психологія, за освітньою програмою Клінічна психологія

**Розробник:** Малімон Л.Я., професор кафедри загальної та клінічної психології, кандидат психологічних наук, професор

**Погоджено**

Гарант освітньо-професійної програми



Засекіна Л.В.

**Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри загальної та клінічної психології**

протокол № 1

від 31 серпня 2022 р.

Завідувач кафедри



Журавльова О.В.

Психічне здоров'я на робочому місці: силабус вибіркової навчальної дисципліни підготовки магістрів галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» спеціальності 053 «Психологія» за освітньою програмою «Клінічна психологія» / укл. Малімон Л.Я. – Луцьк : ВНУ імені Лесі Українки, 2022. 16 с.

© Малімон Л.Я., 2022

## I. Опис навчальної дисципліни

Таблиця 1

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість годин/кредитів <b>120 / 4</b>	05 Соціальні та поведінкові науки 053 Психологія	<b>вибіркова</b>
		<b>Рік навчання 1</b>
ІНДЗ: <u>немає</u>	Клінічна психологія Магістр	<b>Семестр 1</b>
		<b>Лекції 10 год.</b>
		<b>Практичні (семінарські) 14 год.</b>
		<b>Самостійна робота 88 год.</b>
		<b>Консультації 8 год.</b>
		<b>Форма контролю: залік</b>

## II. Інформація про викладача

**ПІБ: Малімон Людмила Яківна**

*Науковий ступінь:* кандидат психологічних наук

*Вчене звання:* професор

*Посада:* професор кафедри загальної і клінічної психології

*Контактна інформація:* мобільний телефон +380508605852; електронна адреса

[Malimon.Ludmila@vnu.edu.ua](mailto:Malimon.Ludmila@vnu.edu.ua)

*Дні занять:* розклад: <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi>

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру щосереди з 14.00 до 16.00 в кабінеті № 111. При додатковій потребі здобувача час консультації узгоджується з викладачем.

## III. Опис освітнього компонента

**1.** Навчальний компонент «Психічне здоров'я на робочому місці» належить до циклу вибіркового підготовки здобувачів освіти другого магістерського рівня, вивчається у першому семестрі, формою контролю є залік. На вивчення навчальної дисципліни відведено 3 кредити (90 годин).

Навчальна дисципліна «Психічне здоров'я на робочому місці» покликана забезпечити підготовку здобувачів освіти з питань забезпечення психічного здоров'я персоналу організацій, що відповідає актуальним запитам суспільства, потребам ринку та ґрунтується на сучасних світових досягненнях у сфері психічного здоров'я. Наразі Україна перебуває лише на стадії підготовки до реформування системи охорони психічного здоров'я. У Концепції програми охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року зазначається, що розвиток програм, спрямованих на психічне здоров'я працівників, є одним із невідкладних завдань. Важлива роль у цьому належить клінічним психологам, які можуть бути агентами змін із забезпечення психічного здоров'я працівників на робочому місці, оскільки їхня базова підготовка передбачає вивчення циклу відповідних дисциплін, зокрема організаційної психології, психології управління, клінічної психології та ін., які забезпечують високий професійний рівень таких фахівців.

Силабус ґрунтується на системному підході підготовки сучасних магістрів і компетентнісному підході до визначення якості підготовки здобувачів другого рівня вищої освіти, здатних працювати відповідно до сучасних вимог.

**Пререквізити:** навчальна дисципліна базується на засвоєних знаннях з дисциплін «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Психологія особистості», «Організаційна психологія», «Психологія управління» та ін. За умови перехресного вступу в магістратуру на основі рівня «Бакалавр» непсихологічних спеціальностей базові психологічні знання магістри матимуть змогу отримати на індивідуальних та групових консультаціях, тренінгах, різних формах неформальної освіти та за рахунок посиленої самостійної підготовки.

**Метою освітнього компонента** «Психічне здоров'я на робочому місці» є підготовка фахівців для практичної та науково-дослідної роботи, які володіють знаннями та вміннями збереження та відновлення психічного здоров'я працівників організацій різних форм власності, що є необхідним для розробки та імплементації програм превенції розладів психічного здоров'я в організаціях.

**Основні завдання освітнього компонента** – сприяти психологічній підготовленості магістрів до професійної діяльності в сфері психічного здоров'я, а саме сформувати у магістрів чітку систему уявлень про психологічну складову діяльності сучасних організацій; вміння здійснювати промоційну, діагностичну, корекційну й консультативну діяльність щодо забезпечення та відновлення психічного здоров'я працівника на робочому місці.

Після вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Психічне здоров'я на робочому місці» магістри будуть компетентними у таких питаннях:

- диференціювати зміст понять «психічне/психологічне здоров'я особистості» та їхнє розуміння у різних психологічних школах та напрямках психології;
- вміти аналізувати розлади психічного здоров'я і психологічні проблеми, визначаючи вплив різного роду чинників (соціальних, культурних, релігійних, політичних тощо);
- володіти валідними діагностичними інструментами, належним чином інтерпретувати діагностичні дані та встановлювати діагноз;
- будувати діагностичне формулювання, встановлювати цілі для індивідуальних та організаційних інтервенцій, спрямованих на покращення психічного здоров'я працівників організацій;
- здійснювати промоцію психічного здоров'я, плекання психологічного добробуту, стресостійкості та особистісного зростання в організаційних умовах;
- розробляти програми превенції розладів психічного здоров'я в організаціях шляхом створення безпечного організаційного середовища, гармонійної корпоративної культури, ефективної організаційної поведінки тощо;
- визначати чинники професійного стресу та емоційного вигорання працівників організації; надавати психодіагностичну, консультаційну допомогу працівникам в ситуаціях організаційних конфліктів, мобінгу тощо;
- вміти співпрацювати з керівниками організацій та підрозділів, HR-ами, тренерами, коучами, іншими фахівцями з метою забезпечення психічного здоров'я персоналу.

## **2. Результати навчання (Компетентності)**

Основними результатами навчання є сформованість **інтегральної компетентності (ІК)** – здатності вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог.

### **Загальні компетентності:**

- ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК 4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК 6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- ЗК 7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
- ЗК 8. Здатність розробляти та управляти проектами.

### **Фахові компетентності:**

ФК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

ФК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

ФК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

ФК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

ФК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

ФК11. Розробляти й реалізовувати проекти з підтримки психічного здоров'я особистості

### **Програмні результати навчання:**

ПРН 1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПРН 2. Вміти організувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.

ПРН 4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПРН 5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПРН 12. Демонструвати розуміння закономірностей та особливостей психічного розвитку в нормі і патології та функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПРН 13. Вміти професійно застосовувати на практиці знання з медико-психологічних дисциплін.

ПРН 14. Розуміти важливість збереження здоров'я (власного й навколишніх) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

### **3. Структура освітнього компонента**

<b>Назви змістових модулів і тем</b>	<b>Усього</b>	<b>Лек.</b>	<b>Практичні</b>	<b>Сам. роб.</b>	<b>Методи та технології викладання</b>	<b>Форма контролю / Бали</b>
<b>Змістовий модуль 1.</b>						
<b>Психічне здоров'я, його розлади та методи скринінгу психічного здоров'я працівників</b>						
Тема 1. Сучасні уявлення про психічне здоров'я. Психічне здоров'я особистості в різних психологічних школах.	12	2	2	8	лекція-диспут / Zoom	КДС ТР/10
Тема 2. Індивідуально-психологічні й організаційні чинники забезпечення психічного здоров'я працівника	10		2	8	лекція-диспут / Zoom	РМГ/10, ДС
Тема 3. Оцінка психічного здоров'я та його розладів в організаціях. Побудова організаційних карт психічного здоров'я.	12	2	2	8	лекція-диспут / Zoom	КДС, ТР/10

Тема 4. «Здорова» організація. Модель здорового робочого місця: від стресової до ресурсної праці.	10		2	8	лекція-диспут / Zoom	КДС, РМГ/10
Самостійна робота						10 балів
Разом за модулем 1	44	4	8	32		50 балів
<b>Змістовий модуль 2.</b>						
<b>Збереження та відновлення психічного здоров'я персоналу організації</b>						
Тема 5. Промоція психічного здоров'я та превенція розладів в організаціях. Корпоративна політика у сфері психічного здоров'я на робочому місці.	12	2	2	8	проблемна лекція / Zoom	КДС, РМГ/10
Тема 6. Організаційні цінності, командна робота, ефективна комунікація та взаємодія як чинники психічного здоров'я працівника	10		2	8	лекція-диспут / Zoom	РМГ/10
Тема 7. Технології самозбереження і відновлення в стресогенних умовах професійної діяльності (конфлікт, мобінг тощо).	12	2	2	8	Лекція-диспут / Zoom	КДС, ТР/10
Тема 8. Інтервенції по забезпеченню психічного здоров'я працівника (труднощі, кроки, визначення пріоритетів і постановка цілей, реалізація, оцінювання ефективності).	12	2		10	лекція-диспут / Zoom	КДС, РМГ/10
Захист проекту						10 балів
Разом за модулем 2	46	6	6	34		50 балів
<b>Всього годин/ Балів</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>66</b>		<b>100 балів</b>

Форма контролю\*: КДС – командна дискусія, ТР – тренінг, РЗ/К – розв'язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота здобувача освіти, РМГ – робота в малих групах, СР – самостійна робота, ЗП – захист проекту, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

#### 4. Питання для самостійного опрацювання

Тема 1. Сучасні уявлення про психічне здоров'я. Психічне здоров'я особистості в різних психологічних школах.

Завдання: узагальнити основні підходи до визначення психічного здоров'я особистості, його структури; виявити і проаналізувати спільне/відмінне у розумінні психічного здоров'я в різних напрямках психології.

Тема 2. Індивідуально-психологічні й організаційні чинники забезпечення психічного здоров'я працівника

Завдання: визначити і систематизувати індивідуально-психологічні й організаційні чинники забезпечення психічного здоров'я працівника; продемонструвати це на прикладі конкретної організації.

Тема 3. Оцінка психічного здоров'я та його розладів в організаціях. Побудова організаційних карт психічного здоров'я.

Завдання: ознайомитись із доказовими методами оцінки психічного здоров'я та його розладів в організаціях, визначити їх сильні/слабкі сторони та загальну результативність.

Тема 4. «Здорова» організація. Модель здорового робочого місця: від стресової до ресурсної праці.

Завдання: проаналізувати вплив робочого місця та простору; визначити основні характеристики та розробити модель здорового робочого місця (за схемою).

Тема 5. Промоція психічного здоров'я та превенція розладів в організаціях. Корпоративна політика у сфері психічного здоров'я на робочому місці.

Завдання: ознайомитися із доказовими програмами/ практиками турботи про психічне здоров'я на робочому місці у світовій практиці (на основі літературних джерел), визначити основні принципи необхідної корпоративної політики у цій сфері.

Тема 6. Організаційні цінності, командна робота, ефективна комунікація та взаємодія як чинники психічного здоров'я працівника

Завдання: підібрати валідні методи/методики діагностики організаційних цінностей/культури, командної роботи та ефективності взаємодії в організації; здійснити діагностику в конкретній організації та визначити проблемні зони/ризиків в забезпеченні психічного здоров'я персоналу.

Тема 7. Технології самозбереження і відновлення в стресогенних умовах професійної діяльності (конфлікт, мобінг тощо).

Завдання: ознайомитись із технологіями самозбереження і відновлення особистості в стресі; сформулювати блоки доказових технік/методик саморегуляції й відновлення; розробити пам'ятку/рекомендації керівникам та персоналу організацій щодо мінімізації стрес-факторів та ефективного функціонування в стресогенних умовах професійної діяльності.

Тема 8. Інтервенції по забезпеченню психічного здоров'я працівника (труднощі, кроки, визначення пріоритетів і постановка цілей, реалізація, оцінювання ефективності).

Завдання: розробити програму/дорожню карту (напрями, блоки, заходи, дії, моніторинг ефективності) психологічних інтервенцій щодо забезпечення психічного здоров'я працівників.

#### IV. Політика оцінювання

Відвідування занять дає можливість отримати задекларовані інтегральну, загальні та фахові компетентності, вчасно і якісно виконати завдання.

Для усвідомленого й системного засвоєння курсу необхідною є систематична навчально-пізнавальна робота студентів в усіх видах і формах її організації: лекції, практичні заняття, консультації, самостійна робота.

Контроль успішності студентів здійснюється з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання.

Аудиторні заняття переважно проводяться у вигляді лекцій, найчастіше – командно-орієнтованих дискусій. Упродовж курсу застосовуються різні форми навчання: до-аудиторна підготовка, вирішення проблемних завдань (кейсів, проблемних задач), робота в малих групах, тренінгові форми роботи, командні та між-командні дискусії.

Участь у цих видах робіт та підсумковому контролі є необхідним для отримання диференційованого заліку з дисципліни. За наявності поважних причин пропусків див. п. *Несвоєчасне виконання завдання.*

Здобувачам освіти може бути зараховано результати навчання, отримані у формальній, неформальній та/або інформальній освіті (професійні (фахові) курси/тренінги, громадянська освіта, онлайн-освіта, стажування). Процес зарахування регулюється [Положенням про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті ВНУ імені Лесі Українки](#), і рішенням науково-методичної комісії факультету від 03.02.2022 року, протокол № 7.

Здобувачі освіти, які є членами наукових проблемних груп, авторами статей і тез, доповідачами на наукових конференціях, переможцями та активними учасниками фахових студентських олімпіад, мають право протягом семестру за кожен виконаний вид діяльності одноразово отримати додаткові бали до відповідного ОК, якщо здійснена активність здобувачів відповідає профілю курсу. У цьому випадку магістр інформує викладача/ів про свої здобутки.

Викладач має право самостійно визначити валідність заявлених здобувачем освіти отриманих результатів та приймає рішення щодо зарахування або незарахування таких балів:

- 3 бали – за результативну роботу у проблемній групі (систематичне відвідування, обговорення), публікацію тез (підготовку матеріалів конференції) або виступ/и на конференції/ях без публікації/ї, участь у I етапі Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт;
- 5 балів – за публікацію статті/ей у збірнику студентських наукових праць, перемога у I етапі Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт;
- 10 балів – за публікацію статті (статтей) у збірнику наукових праць, що входить до категорії Б, або призове місце на II етапі Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт;
- 15 балів – за перше місце на I етапі Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт.

Бали додаються за умови представлення здобувачами освіти документів (сертифікатів, свідоцтв тощо), що засвідчують отримані результати та відповідають тематиці, обсягу та результатам навчання.

Підтвердження подається здобувачем освіти викладачеві курсу не пізніше ніж за 10 днів до дати останнього заняття з дисципліни. При цьому магістр у встановлені терміни подає заяву на ім'я проректора та долучає усі необхідні документи до розгляду. Матеріали розглядаються на засіданні Предметної комісії, створеної розпорядженням декана факультету відповідно до схвальної резолюції проректора з навчальної роботи та рекрутації з урахуванням [Положенням про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті ВНУ імені Лесі Українки](#), і рішенням науково-методичної комісії факультету від 03.02.2022 року, протокол № 7.

#### ***Несвоєчасне виконання завдання.***

Здобувач освіти, що з певних причин не відвідує лекції, зобов'язаний аргументувати свою відсутність і представити конспект пропущеного заняття. Якщо здобувач освіти відсутній на практичному та лабораторному занятті, то, залежно від виду діяльності, передбаченого навчальною програмою, він проходить усне опитування на пропущену тематику або демонструє навички роботи, що їх передбачено відповідним видом діяльності. Відсутність здобувача освіти на ПМК оцінюється в «0» балів. Повторне написання ПМК можливе лише за наявності офіційного документу, який підтверджує вагому причину відсутності.

За умови участі здобувачів освіти у навчанні з елементами **дуальної освіти** передбачено можливість самостійного опрацювання матеріалів навчальних занять протягом одного дня на тиждень та зарахування їхніх результатів до загальної кількості балів поточного контролю.

#### ***Процедура оскарження результатів контрольних заходів.***

Здобувачі освіти мають можливість порушити будь-яке питання, яке стосується процедури проведення чи оцінювання контрольних заходів та очікувати, що його буде розглянуто згідно із заздалегідь визначеними процедурами у ЗВО (див. [Положення про порядок і процедури вирішення конфліктних ситуацій у ВНУ імені Лесі Українки](#), пункт 5. «ВРЕГУЛЮВАННЯ КОНФЛІКТІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ»).

#### **Критерії поточного оцінювання знань:**

**Поточний контроль** проводиться на кожному занятті. За накопичувальною системою магістр має отримати максимально по 50 балів за кожний модуль. Кожне заняття (інтерактивна лекція / участь в дискусії, семінарське заняття, практичне заняття, участь у тренінгу, робота в малих групах) оцінюється за 10-ти бальною системою (1 модуль – 50 балів: 2 модуль – 50 балів). Поточний контроль передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу), участь у дискусіях, груповій роботі, тренінгах, під час роботи на практичних заняттях. Бали поточного оцінювання знань здобувачів освіти залежать від: повноти розкриття питання, цілісності, системності, вміння формулювати висновки тощо. Якщо магістр не виступав на практичному занятті/не виконував заплановані письмові роботи чи не підготувався до нього, його активність оцінюється в 0 балів.



**Самостійна робота та захист проекту** є складовою поточного контролю. Відповіді на поставленні питання самостійної роботи слухачів повинні відображати вільне володіння обсягом матеріалу, передбаченим програмою, зокрема, вміти застосовувати його на практиці (у вигляді наведення власних прикладів, розв'язання психологічних ситуацій тощо), оцінювати факти, явища, вільно висловлювати власні думки, самостійно оцінювати різноманітні явища та факти, виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовувати міжпредметні зв'язки. Критерії оцінювання знань здобувачів при виконанні контрольних робіт (оцінюється в діапазоні від 0 до 10 балів): 9-10 балів – вільно володіє обсягом матеріалу, вільно висловлює власні думки, повністю і якісно розкрив всі питання виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовує міжпредметні зв'язки. 6-8 балів – вільно висловлює власні думки, але недостатнє обґрунтування відповіді, допущені незначні помилки; 3-5 балів – не повністю з допущенням помилок розкрив всі питання; 1-2 бали – розкрив тільки перше питання; 0 балів – відповідь відсутня.

За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

**Захист проекту** полягає в розробці і презентації програм надання психологічної допомоги/самодопомоги керівниками та персоналу організації: розробка технології самозбереження і відновлення психічного здоров'я особистості на робочому місці (в умовах професійного стресу, конфлікту, мобінгу; формування блоків доказових технік/методик саморегуляції й відновлення; розробка пам'ятки/рекомендацій керівникам та персоналу організацій (щодо мінімізації стрес-факторів, вирішення конфліктів, формування сприятливої корпоративної культури/організаційних цінностей, налагодження комунікації, розробки/імплементации дорожніх карт/програм забезпечення психічного здоров'я, оцінка їхньої ефективності тощо).

**Політика щодо академічної доброчесності:** виконані завдання магістрами мають бути їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями з опорою на представлені зразки оформлення необхідних для клінічних досліджень документів. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших осіб є прикладами можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування, незалежно від масштабів плагіату чи обману. Перевірка здійснюється з допомогою системи Strike Plagiarism.

Процедура оскарження результатів контрольних заходів.

Студенти мають можливість порушити будь-яке питання, яке стосується процедури проведення чи оцінювання контрольних заходів та очікувати, що його буде розглянуто згідно із заздалегідь визначеними процедурами у ЗВО (див. Положення про порядок і процедури вирішення конфліктних ситуацій у ВНУ імені Лесі Українки, пункт 5 «ВРЕГУЛЮВАННЯ КОНФЛІКТІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ»).

- **Дотримання правил навчальної етики та академічної доброчесності:**

- Дотримання академічної доброчесності, згідно Кодексу академічної доброчесності Волинського національного університету імені Лесі Українки, здобувачами освіти передбачає:

- самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей);

- посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;

- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;

- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.

- Основні види відповідальності здобувачів освіти за порушення академічної доброчесності (ч. 6 статті 42 Закону України «Про освіту») :

- повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо);

- повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми;

- відрахування з університету (крім осіб, які здобувають загальну середню освіту);
- позбавлення академічної стипендії;
- позбавлення наданих університетом пільг з оплати навчання.
- Із загальними засадами, цінностями, принципами та правилами етичної поведінки учасників освітнього процесу, якими вони повинні керуватися у своїй діяльності, можна ознайомитися у [Кодексі академічної доброчесності Волинського національного університету імені Лесі Українки](#).

### **Політика щодо дедлайнів та перескладання**

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

### **V. Підсумковий контроль**

На залік виносяться основні питання, що потребують творчої відповіді та уміння синтезувати отримані знання і застосовувати їх під час розв'язання практичних задач.

### **VI. Шкала оцінювання**

Підсумкова оцінка за 100-бальною шкалою складається із сумарної кількості балів за: поточне оцінювання – 40 балів, модульний контроль – 60 балів, всього 100 балів.

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Оцінка
90 – 100	Відмінно
82 – 89	Дуже добре
75 - 81	Добре
67 -74	Задовільно
60 - 66	Достатньо
1 – 59	Незадовільно

### **VII. Питання до заліку:**

1. Поняття про психологічне здоров'я в сучасній науці. Психічне і психологічне здоров'я.
2. Європейська декларація з охорони психічного здоров'я: аналіз основних позицій.
3. Національна стратегія охорони психічного здоров'я в Україні: зміст, мета, основні завдання.
4. Психічне здоров'я, психологічне здоров'я: розрізнення понять.
5. Психічне здоров'я і матеріальний добробут (парадокс Р. Істерліна).
6. Психологічне благополуччя і здоров'я людини.
7. Концепція психологічного благополуччя К. Ріфф.
8. Психічне здоров'я особистості з позицій психодинамічної психології і психоаналізу (З.Фройд).
9. Психічне здоров'я особистості з позицій аналітичної психології К.Г. Юнга.
10. Психічне здоров'я особистості з позицій індивідуальної психології А. Адлера.
11. Психічне здоров'я особистості з позицій когнітивно-поведінкового підходу.
12. Психічне здоров'я особистості з позицій диспозиційної теорії особистості Г. Олпорта.
13. Психічне здоров'я особистості з позицій гуманістичної психології.
14. Основні характеристики здорової особистості за К.Роджерсом.
15. Психічне здоров'я особистості з позицій гуманістичної психології А. Маслоу.
16. Основні критерії і складові психічного здоров'я (за ВООЗ). Базові характеристики психічно здорової людини.

17. Основні критерії і складові психічного здоров'я працівника організації.
18. Якості, що характеризують гарне психічне здоров'я працівника організації.
19. Індивідуально-психологічні чинники збереження психічного здоров'я працівника.
20. Організаційні чинники збереження психічного здоров'я працівника.
21. Оцінка психічного здоров'я та його розладів в організаціях.
22. Побудова організаційних карт психічного здоров'я.
23. Збереження психологічного здоров'я в конфлікті.
24. Конструктивні та деструктивні функції організаційних конфліктів.
25. Джерела організаційних конфліктів.
26. Динаміка розвитку конфлікту. Основні стадії (етапи) розвитку конфлікту
27. Причини міжособистісних конфліктів в організації.
28. Напрями роботи фахівця з психічного здоров'я в організаціях.
29. Стрес і депресія як загроза психічному здоров'ю людини.
30. Депресія і тривожні розлади як найпоширеніші порушення психічного здоров'я працівника.
31. Когнітивні симптоми депресії і тривожних розладів працівників.
32. Емоційно-мотиваційні симптоми депресії і тривожних розладів працівників
33. Поведінкові симптоми депресії і тривожних розладів працівників.
34. Базові психологічні інтервенції у збереженні психічного здоров'я працівника організації. Розпізнавання психічних розладів.
35. Первинна допомога при ознаках психічних розладів.
36. Вигорання, «душевні втрати» і здоров'я особи. Ресурси стресостійкості і подолання вигорання.
37. Особистісні та соціальні ресурси подолання вигорання. Класифікації типів ресурсів подолання
38. Моделі долаючої поведінки як ресурс стресостійкості..
39. Вигорання і теорія «консервації ресурсів».
40. Особистісні, поведінкові та соціальні ресурси і їх взаємодія з професійним вигоранням. Навчання навичкам самопомоги.
41. Дослідження психічного благополуччя працівників організації.
42. Дослідження якості життя персоналу.
43. Дослідження задоволеності роботою працівників.
44. Організаційний аудит стрес-факторів професійного середовища.
45. Психологічний супровід системних організаційних змін щодо забезпечення психічного здоров'я працівника.
46. Запобігання стигматизації й дискримінації осіб з розладами психічного здоров'я в організаціях.
47. Запобігання феномену професійного «вигорання» і його причин.
48. Робота з менеджерами і персоналом організації щодо підтримки і забезпечення психічного здоров'я працівника (експертна, тренінгова, корекційна, консультативна).
49. Робота з організаційними чинниками професійного стресу, мобінгу.
50. Розвиток навичок роботи в команді, ефективного управління конфліктами і розвитку навичок міжособистісного спілкування співробітників.
51. Проблеми стигматизації і дискримінації працівників із психічними розладами в сучасних організаціях.
52. Поняття та основні характеристики «безпечного професійного середовища».
53. Визначення критеріїв безпечного професійного середовища.
54. Рекомендації щодо створення дружнього до психічних проблем робочого середовища.
55. Розробка програми підтримки співробітників (Employee Assistance Program, EAP), включаючи консультації щодо запобігання і лікування пов'язаних зі стресом порушень здоров'я.
56. Корпоративна культура і психічне здоров'я працівника.

57. Організаційні цінності як елемент корпоративної культури, їх формування та вплив на психічне здоров'я співробітників.
58. Напрями удосконалення корпоративної культури з метою збереження психічного здоров'я працівника організації.
59. Інтервенції по забезпеченню психічного здоров'я працівника (труднощі, кроки, визначення пріоритетів і постановка цілей).
60. Реалізація та оцінювання ефективності розроблених програм щодо забезпечення психічного здоров'я працівника.

## VIII. Рекомендована література та інтернет-ресурси

### Література з бібліотеки ВНУ імені Лесі Українки

1. Бортун Б. О. Конструктивна конфліктність як показник психологічного здоров'я особистості / Б. О. Бортун // Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Київ, 18 листоп. 2020 р.). – Київ, 2020. – С. 19–22.
2. Бурлакова І. Інноваційні підходи до формування культури здоров'я на робочому місці / І. Бурлакова, Т. Кондес // Проблеми та перспективи розвитку сучасної науки в країнах Європи та Азії : матеріали XVIII Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф.. – Переяслав-Хмельницький, 2019. – С. 27–29.
3. Василик А. В. Забезпечення професійного здоров'я персоналу [Електронний ресурс] / А. В. Василик, Я. Л. Турчина // Причорноморські економічні студії. – Одеса, 2018. – Вип. 25. – С. 153–157. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/bses\\_2018\\_25\\_34](http://nbuv.gov.ua/UJRN/bses_2018_25_34)
4. Василик А. В. Основи well-being-менеджменту як системи забезпечення професійного здоров'я і благополуччя персоналу [Електронний ресурс] / А. В. Василик // Управління розвитком соціально-економічних систем : матеріали IV Міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф., 8 жовт. 2020 р., присвяч. 90-річчю ХНТУСГ / Харків. нац. техн. ун-т сільського госп-ва ім. П. Василенка. – Харків, 2020. – С. 58–61. – Режим доступу: <https://ir.kneu.edu.ua:443/handle/2010/35786>
5. Волинець Н. В. Операціоналізація поняття "психологічне благополуччя працюючої особистості (працівника)" [Електронний ресурс] / Н. В. Волинець // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологія : електрон. наук. фах. вид. / Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Богдана Хмельницького. – Хмельницький, 2018. – Вип. 1. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn\\_2018\\_1\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2018_1_6)
6. Гришко О. І. Подолання стресу на робочому місці [Електронний ресурс] / О. І. Гришко, Л. П. Клевака // Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-економічного розвитку України: виклик глобального світу : матеріали Міжнар. наук.-практ. онлайн конф. – Полтава, 2020. – С. 88–93. – Режим доступу: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/15924>
7. Жуковина О. В. Профілактика та подолання стресів на робочому місці [Електронний ресурс] / О. В. Жуковина, Г. А. Грецька // Соціальна фармація: стан, проблеми та перспективи : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф., м. Харків, 23–24 квіт. 2020 р. – Харків, 2020. – С. 362–365. – Режим доступу: <https://dspace.nuph.edu.ua/handle/123456789/23324>
8. Карамушка, Л. «Healthy organizations»: сутність, основні напрямки та методи активності для забезпечення психічного здоров'я персоналу / Л. Карамушка // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2021. – № 2/3. – С. 40–49.
9. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я: сутність, основні детермінанти, стратегії та програми забезпечення / Л. Карамушка // Психологічний часопис = Psychological journal : зб. наук. пр. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. – Київ, 2021. – Т. 7, ч. 5. – С. 26–37.
10. Костенко О. М. Стрес на робочому місці: колективний виклик : зб. наук. пр. проф.-викл. складу / О. М. Костенко. – Полтава, 2016. – С.88–93.

13. Ніздрань-Федорович О. Психічне здоров'я та модель балансу позитивної психотерапії Н. Пезешкіана в освіті / О. Ніздрань-Федорович // Інновації в освіті: перспективи розвитку : матеріали І Міжнар. наук.-практ. конф. [Тернопіль, 20 трав. 2021 р.]. – Тернопіль, 2021. – С. 280–283.
14. Оксентюк Н. В. Проблема психічного здоров'я: європейський досвід / Н. В. Оксентюк // Психологія: реальність і перспективи : зб. наук. пр. / Рівнен. держ. гуманітар. ун-т. – Рівне, 2018. – Вип. 10. – С. 106–113.
15. Падухевич О. Як зберегти психологічне благополуччя в кризу / О. Падухевич // Кадровик України. – 2021. – № 7. – С. 80–91.
16. Пратер М. Як працювати позбувшись стресу / М. Пратер // Довідник секретаря та офіс-менеджера. – 2019. – № 11. – С. 70–74.
17. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві : зб. тез II Всеукр. наук.-практ. конф.(20 жовт. 2017 р.) / упоряд. Н. М. Бамбурак. – Львів: Львів. держ. ун-т внутр. справ, 2017. – 400 с.
18. Психічне здоров'я персоналу освітніх організацій та його профілактика [Електронний ресурс] : матеріали Всеукр. наук.-практ.о семінару / Кам'янець-Подільський, Подільський спец. навч.-реабілітац. соц.-екон. коледж, Каф. соц. роботи та психології – Кам'янець-Подільський, 2020. – 93 с. – Режим доступу: <https://bit.ly/3JVA2Yg>
19. Психічне здоров'я працівників державних установ : монографія / Д. П. Власюк [та ін.] ; за заг. ред. Л. В. Засекаїної, А. В. Кульчицької. – Луцьк : Вежа-Друк, 2018. – 148 с.
20. Сорокіна Т. Прийоми боротьби зі стресом, або Які поради шкідливі / Т. Сорокіна // Довід. секретаря та офіс-менеджера. – 2019. – № 7. – С. 64–68.
21. Стрес на робочому місці один з психофізіологічних факторів нещасних випадків на виробництві / І. Г. Ярошович, Б. П. Чайковський, Б. М. Микичак, Т. С. Ярошович. // Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С. З. Гжицького. Серія: Економічні науки. – Львів, 2017. – Т. 19, № 76. – С. 163–166.
22. Терещенко К. В. Детермінанти забезпечення психологічного здоров'я персоналу організацій в умовах соціальної напруженості / К. В. Терещенко // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Київ, 2020. – Т. I : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія, вип. 55.– С. 59–65.
23. Торій Я. Як приручити стресобоса: досвід вашої колеги / Я. Торій // Довідник секретаря та офіс-менеджера. – 2019. – № 8. – С. 26–30.
24. Трюхан О. А. Захист працівників від мобінгу на робочому місці: теоретико-правовий аспект / О. А. Трюхан // Актуальні проблеми вітчизняної юриспруденції : зб. наук. пр. / Дніпропетр. нац. ун-т ім. Олеся Гончара, Юрид. ф-т. – Дніпро, 2017. – Вип. 4. – С. 42–46.
25. Фортунатова М. Як залишатися фахівцем у стресогенних умовах / М. Фортунатова // Практичний психолог : дитячий садок. – 2020. – № 6. – С. 7–9.

### **Основна література:**

1. Волинець Н. В. Психологічні особливості особистісного благополуччя в професійній сфері життєдіяльності : монографія. Хмельницький : Видавництво НАДПСУ, 2019. 620 с.
2. Концепція Загальнодержавної програми охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року.
3. Максименко, С. Д. (Edt.), Кузікова, С. Б. & Зливков, В. Л. (2017). Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика. Монографія. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 540 с. URL: <http://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/1466>
4. Психічне здоров'я в організаціях: чотири причини інвестувати в охорону психічного здоров'я працівників. <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2017/9%2892%29/pages-6-9/psihichne-zdorov-ya-v-organizacijah-chotiri-prichini-investuvati-v-ohoronu-psihichnogo-zdorov-ya-pracivnikiv#gsc.tab=0>
5. Психічне здоров'я в організаціях: світова підтримка, українські перспективи. <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2017/10%2893%29/pages-7-13/psihichne-zdorov-ya-v-organizacijah-svitova-pidtrimka-ukrayinski-perspektivi#gsc.tab=0>

6. Ракурси психологічного благополуччя особистості: збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару "Ракурси психологічного благополуччя особистості", 9 червня 2017 р., Ніжин. / Ред. кол.: Титаренко Т. М. (гол.ред) та ін. – Ніжин : НДУ ім. М.Гоголя, 2017. – 177 с.
7. Сердюк Л.З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості / Л.З.Сердюк // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України – Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія – Вип. 17. – Київ, 2017. –С. 124-133.
8. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації: монографія / Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. – 160 с.
9. Титаренко, Т. М. & Ларіна, Т. О. (2009). Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Навчальний посібник. Київ: Марич, 76 с. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost\\_lichnosti.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf)
10. Швалб Ю. М., Волинець Н. В.. Проблеми методології дослідження психологічного благополуччя працюючої особистості (працівника). East European Science Journal. 2018. Т.5. (33) part 3. С. 57-64.
11. Життєві домагання особистості: колективна монографія / [Титаренко Т. М., Лебединська І. В., Алікіна Н. В. та ін.]. – К.: "Педагогічна думка", 2007. – 453 с.

#### Додаткова література:

12. Бішоп С. Тренінг асертивності. СПб.: Питер, 2001.
13. Винославська О. В. Людські стосунки: Навчальний посібник / О. В. Винославська, М. П. Малигіна. - К.: КВЦ, 2001. - 2001. - 83 с.
14. Вишневська Н. М. Організаційні аспекти вдосконалення управління персоналом організації / Н. М. Вишневська // Вісник / [редкол.: В. В. Пастухова та ін.]. – К., 2011. – Вип. 3. – С. 14–17.
15. Горбунова В., Климчук В. Фахівці у сфері психічного здоров'я у Великобританії. Збірник наукових праць: психологія. Випуск 21. КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЯ
16. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації / С. В. Карсканова // Практична психологія та соціальна робота. – 2011. – № 1. – С. 1–10.
17. Каргіна, Н. В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості [Текст] : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 : 05 / Наталія Вікторівна Каргіна; наук. кер. М. Й. Казанжи; Державний заклад "Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського". – Одеса, 2018. – 269 с.
18. Кашлюк Ю. Психологічне здоров'я і психологічне благополуччя особистості як складові задоволеності життям. Психологічний часопис. № 3 (7) 2017. С. 47-58.
19. Коваленко, А. Б. (2017). Психологічне благополуччя військовослужбовців що отримали поранення в зоні АТО. Український психологічний журнал, 3, 124–134. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj\\_2017\\_3\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj_2017_3_13)
20. Найдьонова Л. Психологічне благополуччя людини / Л. Найдьонова // Директор школи. Україна. – 2007. – № 2 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://osvita.ua/publishing/director/121>
21. Кіпніс М. Тренуємо вміння вести за собою, бути мотором і натхненником. - АСТ, Прайм-Євроснак. Книга на ozon.ru.
22. Носенко В.М. Управління професійним стресом та профілактика дистресу і вигорання / В. Носенко // Проблеми екстремальної та кризової психології. Випуск 3. Частина 2. С.1-7. Режим доступу: <http://nuczu.edu.ua/>
23. Ньюстром Дж., Девіс К. Організаційна поведінка. СПб.: Пітер 2000.
24. Основи психолого-управлінського консультування: Навчальний посібник/ За наук. ред. Л.М.Карамушки. – К.: МАУП, 2002 – 136с.

25. Пірен М.І. Стрес і стресори як наслідок конфліктності в управлінській діяльності // Пірен М.І. Конфліктологія.– К., 2003.– Р. 10.– С. 171–179.
26. Почебут Л. Г., Чикер В. А. Організаційна соціальна психологія СПб.: Мова, 2002.
27. Психічне здоров'я на робочому місці. Електр. ресурс: <http://nemyriv-rda.gov.ua/index.php/1594-psykhichne-zdorovya-na-robochomu-mistsi>
28. Сачалко Б., Моос А. Мобінг: все частіше українці стають жертвами цькування на роботі. Дзеркало тижня, № 48 (614) , 2009 р.
29. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. Л.М.Карамушки. – К.: Фірма «Інкос», 2005. – 366с.
30. Софіна Л. Робота з почуттям провини: теорія і практика / Л. Софіна // PR - менеджер. – 2007. – № 10. – С. 24–33.
31. Митцель О. Мобінг у трудовому колективі [Текст]. - // Вісник прокуратури. - 2007. - №12. - С. 113-115.
32. Мобінг: поняття, види, причини, наслідки, профілактика, як боротися... Електр. ресурс: <http://mykniga.com.ua/biograph/mobing-ponyattya-vidi-prichini-naslidki-profilaktika-yak-borotisyu.html>
33. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. – 160 с.
34. Чикер. В. А. Капустина А.Н., Захарова А.М. 18 програм тренінгів: керівництво для професіоналів за редакцією В.А. Чикер, 2010.

#### **Інформаційні ресурси**

1. <http://psy.piter.com/library/>
2. <http://psy.rin/article/>
3. [www.psych.uw.edu.p](http://www.psych.uw.edu.p)
4. [www.psychologia](http://www.psychologia)
5. [www.Uaua.info](http://www.Uaua.info)
6. [www.coob.ru](http://www.coob.ru)

#### **Періодичні видання**

1. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки – наукове фахове періодичне видання: <https://sj.npu.edu.ua/index.php/pn/about>
2. «Психологічні перспективи». Фахове періодичне видання ВНУ імені Лесі Українки. <https://psychopropects.eenu.edu.ua>
3. «Психологічний журнал». Наукове видання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини: <https://fspo.udpu.edu.ua>
4. «Психологічний часопис» фаховий журнал Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України: <http://psychology-naesua.institute/read/1620/>