

## Опис освітнього компонента вільного вибору

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент <b>9 «Психологія резильєнтності та стресостійкості»</b>
Рівень ВО	Перший (бакалаврський) рівень
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	053 – Психологія ОПП «Практична психологія
Форма навчання	Денна
Курс, семестр, протяжність	4 курс, 7 семестр, 7 кредитів ЄКТС
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	210 (аудиторних – 60; лекцій – 20; практичних – 20; лабораторних – 20)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Кафедра практичної психології та психодіагностики
Автор ОК	Кандидат психологічних наук; доцент кафедри практичної психології та психодіагностики <b>Мельник Антоній Петрович</b>
<b>Короткий опис</b>	
Вимоги до початку вивчення	Даний курс передбачає вже засвоєні студентами знання з таких дисциплін як «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Психологія емоцій».
Що буде вивчатися	Загальні засади теоретичних та практичних підходів до резильєнтності та стресостійкості обистості; Психологічний портрет людини, що знаходиться в стресовій ситуації; класифікації видів стресостійкості; внутрішні і зовнішні чинники формування резильєнтності та стресостійкості; медичні, психологічні та соціальні фактори формування резильєнтності та стресостійкості; конструктивні та деструктивні ознаки поведінки людини в стресовій ситуації; характеристика руйнівної поведінки людини в стресовій ситуації.
Чому це цікаво/треба вивчати	Кількість людей з високими рівнями стресостійкості та резильєнтності постійно зростає. Появляються нові підходи до формування

	<p>стресостійкості та резильєнтності у зв'язку з соціально-політичними подіями, що відбуваються в державі. Тому вивчення особливостей формування резильєнтності та стресостійкості людини дає можливість уберегтись від хронічних стресів, гострих стресових реакцій, дистресів та посттравматичних стресових розладів. Слухачі даного курсу зможуть бути активним учасником реабілітаційного процесу та ефективно працювати з різними категоріями осіб, що мають певні проблеми з розладами емоційної сфери та схильні до гострих стресових реакцій.</p>
<p>Чому можна навчитися (результати навчання)</p>	<p>В результаті навчання студенти оволодіють теоретичними положеннями про стреси, їх різновиди, діагностику, консультування, терапію та корекцію гострих стресових розладів та основних підходів до їх корекції.</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Набуті знання допоможуть майбутнім випускникам оволодіти техніками надання психологічних послуг людям, що пережили психотравмуючі ситуації і потребують психологічної допомоги в формуванні стресостійкості та резильєнтності.</p>
<p>Інформаційне забезпечення та/або web-покликання</p>	<p>1. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів: навч.-метод. посіб. / Т. І. Дучимінська та ін. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 236 с.  2. Магдисюк Л. І., Мельник А. П. Психологія життєвих криз та кризове консультування: навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 100 с.  3. Психологія екстремальності та психопрофілактика психічної травми й суїцидальних намірів: на допомогу практичному психологу: навч.-метод. посіб. / А. П. Мельник та ін. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 276 с.</p>