

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 3.2 « <b>Основи життєстійкості особистості</b> »
Рівень ВО	Перший (бакалаврський) рівень
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	231 Соціальна робота / Соціальна робота. Соціальна педагогіка
Форма навчання	Денна
Курс, семестр, протяжність	Рік навчання: 2, Семестр: 4, 5 кредитів ЄКТС
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (всього: з них лекції/практичні)	150 год (л. 10 год, пр. 20 год)
Мова викладання	Українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Кафедра соціальної роботи та педагогіки вищої школи
Автор дисципліни	к.п.н., доц. Белкіна-Ковальчук Олена Віталіївна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Відсутні
Що буде вивчатися	Основи життєстійкості як інтегральної характеристики особистості.
Чому це цікаво/треба вивчати	Сучасні реалії життя вимагають від людини міцної життєстійкості, яка б забезпечувала якісне виконання нею життєвих та професійних задач. Важливим завданням постає формування особистості, яка вміє справлятися зі стресовими ситуаціями, критично мислити, знаходити творчі рішення та використовувати засвоєний досвід. Формування та розвиток життєстійкості – один із інноваційних методів навчання, застосування якого сприятиме розкриттю можливостей та потенціалу особистості.
Чому можна навчитися (результати навчання)	Знання про основний зміст життєстійкості та як розвинути в собі цю навичку. На теоретичних і практичних заняттях із зазначеного курсу можна дізнатися про структурні компоненти, функції та чинники формування життєстійкості. Студенти вивчають і засвоюють основні прийоми самоконтролю, аналізують особисті

	ресурси та набувають навичок їх використання в кризових ситуаціях.
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)	<p>Отримані знання:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допоможуть піклуватися про свої внутрішні ресурси, розвивати та реалізовувати себе в різних сферах, використовуючи кризи як трамплін для власного розвитку;</li> <li>- необхідні соціальним педагогам/працівникам у професійній та особистісній сферах при подальшому становленні як фахівця, міжособистісному спілкуванні та взаємодії.</li> </ul>