

<b>Освітній компонент 11 (за планом 2023)</b>	<b>Вибірковий освітній компонент 11 «Ресурсні технології»</b>
Рівень ВО	Бакалавр
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	053 Психологія Психологія
Форма навчання	Денна
Курс, семестр, протяжність	4 курс, 8 семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	5 кредитів усього -150; лекцій - 10; практичних – 10; лабораторних - 10
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Педагогічної та вікової психології
Автор дисципліни	Анна КУЛЬЧИЦЬКА
<b>Короткий опис</b>	
Вимоги до початку вивчення	До початку вивчення дисципліни ЗО повинен володіти знаннями з основ психології, загальної та соціальної психології, психології особистості
Що буде вивчатися	<p>основні підходи до вивчення внутрішніх та зовнішніх ресурсів особистості;</p> <p>психологічні закономірності формування та розвитку стресостійкості та адаптаційних можливостей особистості в структурі ресурсного потенціалу;</p> <p>можливості оптимізації як життєдіяльності, так й професійної діяльності особистості шляхом підвищення та активізації ресурсів особистості;</p> <p>як сформувати уміння і навички збереження й укріплення психічного здоров'я майбутнього спеціаліста через оволодіння способами саморегуляцій і активізації особистісних ресурсів.</p>
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,

	<p>знанням та умінням зберегти психічне здоров'я, позитивний емоційний фон у життєвих ситуаціях та професійній діяльності.</p> <p>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, стресостійкості. Тому даний освітній компонент є надзвичайно актуальним та потрібним 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 можливості;  оволодіння знаннями та вміннями ціле покладання та мотивації 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>Компетенції, які набуде здобувач в процесі вивчення освітнього компоненту «Ресурсні технології» можна використати як у повсякденному житті, так і в професійній діяльності психолога, оскільки ресурсність – це один з найважливіших чинників успіху.</p>
<p>Інформаційне забезпечення</p>	