

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 1

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
педагогічних технологій та освіти
впродовж життя

31 серпня 2023 р., протокол № 11

Голова Вченої ради

Оксана ЧЕРНИШ




ПРОГРАМА АТЕСТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

для здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр»
спеціальності 053 «Психологія»


освітньо-професійна програма «Екстремальна психологія»
факультет педагогічних технологій та освіти впродовж життя
кафедра психології та соціального забезпечення

Схвалено на засіданні кафедри
психології та соціального
забезпечення
28 серпня 2023 р., протокол № 7

В.о. завідувача кафедри психології
та соціального забезпечення


Марина ОКСІЮТОВИЧ

Гарант освітньо-професійної
програми


Марина ОКСІЮТОВИЧ

Житомир
2023 -2024 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/2

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Метою атестації здобувачів вищої освіти є перевірка у студентів на базі отриманих у ЗВО теоретичних знань, професійних вмінь і навичок з теорії і практики психології, компетентностей, необхідних для ефективного виконання завдань інноваційного характеру відповідного рівня професійної психологічної діяльності.

Програма атестації зі спеціальності 053 «Психологія» освітньо-професійної програми «Екстремальна психологія» складена на основі навчальних програм практичного спрямування у сфері психології, а саме: «Основи психокорекції», «Основи психологічного консультування», «Психологія екстремальних та кризових ситуацій», «Клінічна психологія», «Соціально-психологічний тренінг психологічної підготовки до діяльності в екстремальних умовах», «Психогігієна праці в особливих умовах діяльності».

Основна мета атестаційного екзамену полягає у визначенні відповідності професійної підготовки випускників спеціальності 053 «Психологія» до освітньої характеристики та рівня їх готовності до самостійної психологічної діяльності і якості засвоєння програм з вищезазначених курсів.

Екзамен проводиться в усній формі за екзаменаційними білетами (форма – дистанційна). Білети готуються у відповідності до розміщеної нижче програми підготовки. Кожен білет містить 2 теоретичних питання, ситуативну вправу та тести у кількості 5 запитань з 5-ма варіантами відповіді кожний. Завдання готуються профільними викладачами.

Для встановлення відповідності екзаменаційних білетів програмі підготовки допускається зовнішнє рецензування.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/3

Перелік компетентностей, які мають бути перевірені під час атестаційного екзамену

№	Компетентності	
1	<i>Інтегральна</i>	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.
2	<i>Загальні</i>	ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним. ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення. ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
3	<i>Спеціальні</i>	СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології. СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ. СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел. СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації. СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. СК12. Здатність надати експертну оцінку психологічним подіям та процесам.
4	<i>Програмні результати навчання</i>	РН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання. РН2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань. РН3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань. РН4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/4

		<p>РН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.</p> <p>РН10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.</p> <p>РН11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.</p> <p>РН12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.</p> <p>РН15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p> <p>РН16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.</p> <p>РН19. Критично мислити у сфері професійної діяльності та формулювати психологічний висновок на основі психодіагностичного обстеження.</p> <p>РН20. Знати особливості надання психолого-консультативної допомоги та психотерапевтичної допомоги.</p>
--	--	--

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/5

Програма підготовки блоку «Основи психокорекції»

Тема 1. Психологічна корекція як сфера діяльності практичного психолога.

Поняття психокорекції та її види. Основні принципи, цілі та завдання психокорекційної роботи. Відмінність між психологічним консультуванням, психокорекцією та психотерапією. Вимоги до психолога, що здійснює психокорекцію.

Тема 2. Форми та етапи психокорекційної роботи.

Індивідуальна та групова форма психокорекційної допомоги. Показання до індивідуальної та групової форм психокорекції. Переваги кожної з форм. Основні етапи психокорекції та їх загальна характеристика.

Тема 3. Нейробіологічні основи психокорекційної допомоги.

Основні ділянки мозку, що задіяні у психокорекційній роботі: лімбічна система (гіпоталамус, гіпокамп, мигдалина, передня поясна кора, смугасте тіло (дорсальна частина, ядро), острівцеві, префронтальна кора (дорсальна, вентральна, медіальна, латеральна частини). Вісь стресу. Основні нейромедіатори, що впливають на емоційний стан.

Тема 4. Психоданаліз З. Фройд та психоданалітичні техніки як способи психокорекції.

Психоданаліз: основні ідеї та принципи. Рівні психіки та структура особистості. Розвиток особистості: психосексуальні стадії. Природа тривоги, її витоків. Захисні механізми Еґо. Основні психотерапевтичні техніки психоданалізу.

Тема 5. Індивідуальна психологія А. Адлера як підґрунтя психокорекції.

Основні ідеї та принципи індивідуальної психології. Почуття неповноцінності та компенсація. Стили батьківського виховання. Еґоцентризм та соціальний інтерес. Стили життя. Порядок народження та його вплив на життя людини. Причина невроту та спосіб його терапії.

Тема 6. Еґо-психологія Е. Еріксона та К. Хорні як підґрунтя психокорекції.

Основні ідеї та принципи Еґо-психології. Психосоціальні стадії розвитку особистості за Е. Еріксоном. Основні ідеї та принципи соціокультурної теорії особистості К. Хорні. Орієнтація «від людей», «проти людей» і «на людей». Базальна тривога: етіологія невротів. Стратегії компенсації базальної тривоги.

Тема 7. Когнітивно-поведінкова психологія А. Бандури, Дж. Роттера та Дж. Келлі як підґрунтя психокорекції.

Основні ідеї та принципи когнітивно-поведінкової психології А. Бандури. Біхевіоризм зсередини. Саморегуляція та пізнання в поведінці. Научіння через моделювання. Підкріплення в научінні через моделювання. Самоконтроль в поведінці. Теорія соціального научіння Дж. Роттера: основні ідеї та принципи. Потенціал поведінки, очікування, цінність підкріплення. Основна формула прогнозу поведінки. Компоненти потреб. Інтернальний та екстернальний локус контролю. Основні ідеї та принципи когнітивно-поведінкової психології Дж.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/6

Келлі. Теорія особистісних конструктів. Особистісні конструкти: моделі для дійсності. Терапія фіксованої ролі як підґрунтя психокорекції.

Тема 8. Гуманістична психологія А. Маслоу як підґрунтя психокорекції.

Основні ідеї та принципи гуманістичної психології. Ієрархія потреб: фізіологічні потреби, потреба безпеки, потреба у приналежності та любові, потреба самоповаги, потреба самоактуалізації. Причина, чому самоактуалізація здійснюється рідко. Характеристика психологічно здорових, самоактуалізованих особистостей.

Тема 9. Арт-терапевтичні техніки як підґрунтя психокорекції.

Структурні та функціональні характеристики арт-терапії. Характеристика основних напрямків арт-терапії. Арт-терапевтичні техніки роботи з емоціями та почуттями. Арт-терапевтичні техніки роботи з Я-концепцією (самоповага, самоприйняття, самооцінка, самоцінність). Арт-терапевтичні техніки роботи з картиною світу та ціннісно-смісловою сферою. Арт-терапевтичні техніки роботи зі стосунками (дитячо-батьківськими, сімейними, парними).

Тема 10. Метод самотрансцендентної психотерапії як підґрунтя психокорекції.

Основні ідеї та методологія методу самотрансцендентної психотерапії (СПТ). Логотерапія В. Франкла та нейробіологічні дослідження А. Корба як джерела методу СПТ. Компетенція методу (типи неврозів, що є показаннями до терапії). Характеристика психологічно здорової зрілої особистості. Етапи психотерапії за методом СПТ. Індивідуальний та груповий формат методу СПТ.

Інформаційні джерела блоку

1. Васильєв Я. В. Психокорекція позицій цільової спрямованості особистості: навч. посіб. / Я. В. Васильєв, В. І. Каневський. – Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. – 88 с.
2. Гроф С. Психологія майбутнього. Уроки сучасних досліджень самості. Львів: Terra Incognita, 2019. – 400 с.
3. Комарек С. Тіло, душа та їхнє спасіння або Нариси про здоров'я, нездоров'я і психосоматику. Львів. – Априорі, 2021. – 232 с.
4. Корб А. У пастці депресії. Як подолати тривожність і радіти життю. Київ, 2019. 216 с.
5. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції : Навчальний посібник. – Суми : Університетська книга, 2020. – 304 с.
6. Сабадуха В.О. Метафізика суспільного та особистісного буття. Івано-Франківськ: ІФНТУНГ, 2019. – 647 с.
7. Юнг К.Г. Аіон. Нариси щодо символіки самості. Львів: «Астролябія», 2019. – 432 с.

Програма підготовки блоку «Основи психологічного консультування»

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/7

Тема 1. Психологічна консультація як організаційна структура.

Вимоги до приміщення та інтер'єру консультативного кабінету і центру. Основні обов'язки психоконсультанта та взаємодія спеціалістів всередині психологічної консультації. Взаємодія психолога зі спеціалістами суміжних професій, а саме: педагоги, лікарі, соціальні працівники, представники правоохоронних органів. Етичний кодекс психолога-консультанта.

Тема 2. Структура психологічного консультування.

Основні етапи підготовки психоконсультанта до психологічного консультування: складання попереднього уявлення про клієнта і його проблему, систематизації знань з наявної проблеми, розробка плану проведення консультації, підбір психодіагностичних засобів, які можуть знадобитися в ході консультування.

Специфіка підготовки спеціаліста до зустрічі з клієнтом. Умови ефективності консультативного процесу. Чинники, що впливають на успішність консультативного процесу. Основні правила ведення консультативного процесу. Чинники, що знижують результативність консультативного процесу. Види некоректної поведінки консультанта.

Тема 3. Процедури і техніки психологічного консультування.

Процес психологічного консультування. Етапи психологічного консультування: початок роботи, збір інформації, стратегічний.

Навики консультування: перефразування, відображення почуттів клієнта, приєднання почуттів до змісту, прояснення, відображення власних почуттів, прояснення проблемної ситуації, труднощі при освоєнні нових навиків, навики активного слухання.

Тема 4. Основні психотерапевтичні напрямки в психологічному консультуванні.

Основні положення психодинамічного напрямку. Прийоми дії на особистість: метод вільних асоціацій, аналіз сновидінь (з позиції Фрейда), аналіз сновидінь (за Адлером).

Основні положення когнітивно-поведінкового напрямку. Самоконтроль, самоспостереження, складання контрактів, домашнє завдання. Прийоми дії на особистість: «Правило життя», «Самоконтроль», систематична десенсибілізація, «Мішень», стимулювання створення позитивної мотивації, основні принципи гуманістичного напрямку.

Основні поняття гуманістичного напрямку. Прийоми дії на особистість: метод парадоксальної інтенції (В. Франкл), персональне осмислення життя (В. Франкл), розвиток самосвідомості, вербалізація (компонент роджерівської психотехніки), метод А. Янова.

Тема 5. Психологічний вплив у практиці психологічного консультування.

Процес впливу, його визначення. Класифікація та види впливів. Невербальні способи взаємодії. Прямий та непрямий вплив. Особливості впливу

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/8

психоконсультанта на клієнта або клієнта на психоконсультанта. Формування голосової гнучкості та сенсорної спостережливості. Вміння розрізняти темп, тембр та інтонацію і вміння відслідковувати стан клієнта за змінами голосових характеристик.

Тема 6. Методи ведення психологічної сесії.

Розмовні методи психологічного впливу. Діалог. Структура логічних доказів. Види логічних аргументів. Психологічна бесіда. Збір інформації і діагностика. Розмовна психотерапія. Терапія прямого аналізу Грюнвальда. Метафоротерапія у консультуванні. Метафорична комунікація. Індивідуальна робота зі снами. Джерела сновидінь.

Тема 7. Особливості сімейного та подружнього консультування.

Цілі, завдання та структура сімейного консультування. Етапи та техніки сімейного консультування. Основні питання сімейного консультування. Особливості сімейного та подружнього консультування. Ключові проблеми сімейного та подружнього консультування. Професійна позиція і роль консультанта. Основні консультативні прийоми. Діагностика в сімейному консультуванні. Стадії розвитку взаємостосунків в парі. Батьки і дитина на першій консультації. Взаємостосунки батьків з дітьми-дошкільного віку. Консультування батьків дітей юнацького віку. Основні школи сімейної терапії. Особливості консультування сімейної пари та подружжя.

Тема 8. Особливості психологічного консультуванні у сфері освіти.

Структура, етапи та принципи консультування в системі освіти. Робота з батьками майбутніх першокласників. Ставлення дитини до себе, до своєї активності, до оточення. Дитячі страхи. Надмірна збудливість дошкільника. Психологічна допомога дітям з емоційними та поведінковими труднощами – агресивність, тривожність, неправдивість, неслухняність, гіперактивність, жадібність, надмірна вразливість, впертість. Допомога неблагополучним підліткам.

Шкільне консультування. Психологічна робота з педагогічними працівниками.

Тема 9. Особливості телефонного консультування.

Цілі, техніки та структура телефонного консультування. Активне слухання. Комунікативні бар'єри. Зворотній зв'язок. Концентрація уваги. Страхи. Перелік емоційних станів. Критерії оцінки суїцидального потенціалу клієнтів. Телефонна розмова. Конфіденційність. Закінчення телефонної розмови. Позиція консультанта кризової служби. Теорія криз. Консультування кризових абонентів. Чотири стадії кризової терапії.

Інформаційні джерела блоку

1. Васильєв Я. В. Психокорекція позицій цільової спрямованості особистості: навч. посіб. / Я. В. Васильєв, В. І. Каневський. – Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. – 88 с.

2. Поліщук В. М. Віковий кризовий розвиток людини від народження до дорослості. – Суми: Університетська книга, 2020. – 460 с.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/9

3. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Навч. Посібн. Модульнорейтинговий курс. 3-тє вид. – К.: Видавничий дїм „Персонал”, 2019. – 544 с.

4. Приходько Ю., Юрченко В. Психологічний словник-довідник. – Київ: Каравела, 2020. – 418 с.

5. Важливі навички в періоді стресу: ілюстроване керівництво: Копенгаген: Європейський регіональний офіс Всесвітньої організації охорони здоров'я; 2020. Ліцензія ес ВУ-NC-SA 3.0 IGO. 128 с.

6. Міжвідомчий постійний комітет (МПК), Посібник щодо координації у сфері психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (ПЗПСП), МПК, Женева, 2022. 75 с.

Програма підготовки блоку «Психологія екстремальних та кризових ситуацій»

Тема 1. Екстремальні та кризові ситуації як «перехідні» етапи життєвого шляху людини

Поняття життєвого шляху. Людина як автор простору і часу власного життя. Два виміри існування людини: повсякденність та екстремальність. Особливості існування людини в модусі повсякденності (ординарності): мотиваційно-смісловий аспект. Проблема стагнації особистості в умовах ординарного, “застиглого” буття. Екзистенційний конфлікт людини: тяжіння до стабільності та змін. Модус трансординарності: особливий вимір людського життя. Життєві події та їх роль у сприйманні людиною світу. Екстремальні та кризові ситуації як прояв трансординарної психологічної реальності. Буття людини та її активність в особливих умовах життєдіяльності. Проблема психотрансформації особистості після виходу з умов екстремальності. Проблеми фізичного, особистісного, духовного “виживання” та подальшого розвитку людини.

Тема 2. Біологічні, психофізіологічні та психосоціальні механізми активності людини у надзвичайних умовах

Стійкість фізіологічних і психологічних функцій людини в умовах дії екстремальних факторів. Сутність поняття «гомеостаз». Гомеостаз біологічний та компромісний («діяльнісний»). Аналіз понять «первинна» та «стабілізуюча» адаптація, «адаптаційна система організму», «адаптаційний синдром». Вегетативний субсиндром стресу. Активна, пасивна та проміжна форми реагування на вплив екстремальних стресорів.

Тема 3. Первинна адаптація людини до екстремальних умов: особливості психогенних реакцій

Поняття «екстремального стану» людини. Психоемоційні компоненти екстремального стану людини. Особливості проявів психогенних реакцій у людини, яка перебуває в екстремальному стані. Динаміка екстремального стану. Складові фази гострого емоційного шоку, їх прояви. Психічний захист

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 10

особистості в умовах небезпеки: реакції «глибинної особистості», афективно-шокові та істероформні порушення психичного функціонування.

Тема 4. Особливості психічної діяльності людини в екстремальній ситуації

Особливості перцепції та перцептивні зміни людини, яка перебуває в екстремальному стані. Перцептивні ефекти та пов'язані з ними афективні та психомоторні реакції. Емоційно-сенсорні зміни. Зміни психомоторики (позитивні, негативні). Особливості функцій уваги та пам'яті. Особливості логічного мислення, емоційно-асоціативні (мисленеві) зміни. Когнітивні ефекти. (порушення) свідомості та самосвідомості. Межеві форми змін свідомості.

Тема 5. Специфічні прояви екстремальної поведінки: «адаптивна активність» та «активна неадаптивність» людини

Поняття «адаптивної активності» людини. Прості та складні форми екстремальної активності. Мотивація самозбереження та її функції, вплив на поведінку. «Превентивна» поведінкова адаптація: особливі прояви поведінкових реакцій та ефекти: “звикання” до екстремальної ситуації, “зменшення активності”, «обмеження активності». Форми обмеженої активності: свужіння ареалу, локальне обмеження. Пошук та створення преферендуму. «Стабілізаційна» поведінкова адаптація: зміни форм і алгоритмів поведінки, глобальні зміни поведінки. Реорганізація поведінки: зміни операційного та часового компонентів діяльності. Поняття активної неадаптивності («надситуативної активності»). Свобода волі та відповідальність людини при виході її за межі прогнозування результату своєї активності. Залежність людини від обставин та проблема її перетворення на залежність обставин від волі діяча.

Тема 6. Загальна структура змін міжособистісних відносин в екстремальних та кризових умовах

Екстремальні та кризові ситуації як каталізатор особистісних якостей та «прискорювач» розвитку взаємовідносин між людьми. Проблема відповідальності за себе та інших людей в екстремальних умовах, проблема прийняття відповідальних рішень. Соціально-психологічний субсиндром стресу: Загальна структура змін спілкування в короткочасних та довготривалих екстремальних умовах. Помилки спілкування при первинній експансії. Особливості формування неформальних груп з учасників екстремальної ситуації. Зменшення активності спілкування, відчуження від інтересів оточуючих, стресогенний аутизм. Психологічні проблеми аутсайдерів.

Тема 7. Масовидні явища та способи управління масовою свідомістю в умовах екстремальності

Психологія масової поведінки. Особистість в масі. Фактори, які впливають на людину в натовпі. Основні форми стихійної поведінки та умови їх виникнення в екстремальних ситуаціях. Масовий страх та тривога. Масова паніка. Етапи та прояви панічних реакцій. Психологічні та соціальні наслідки масової панічної поведінки. Вплив на панічну поведінку. Масова агресія. Варіанти масової агресивної поведінки. Механізми впливу на агресивну масу людей.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/11

Тема 8. Саморегуляція та самопрограмування як способи підвищення стресової витривалості

Самоорганізація поведінки та стратегія «подолання самого себе» в умовах повсякденності як основа життєстійкості особистості в кризових умовах існування. Вольові якості особистості та їх розвиток. Позитивні якості сильної волі, вольові риси характеру. Вольовий акт, його соціальне значення (морально-етичний аспект). Давні та сучасні способи підвищення психічної стійкості до життєнебезпечних ситуацій. Саморегуляція та самопрограмування особистості. Психофізіологічні основи саморегуляції. Рівні саморегуляції. Методи саморегуляції: аутогенне тренування, медитація. Когнітивні методи самоподолання наслідків екстремальної ситуації.

Інформаційні джерела блоку

1. Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства: матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного круглого столу з міжнародною участю (24 квітня 2019 року); за заг. ред. О.Г. Льовкіної, Р.А. Калениченка. – Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2019. – 468 с.

2. Групові ресурси подолання наслідків негативних соціальних явищ : практичний посібник / Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка; за наук. ред. Л. Г. Чорної; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2021. – 98 с.

3. Луценко О. Л. Втрачена та нова адаптивність: сучасні психологічні особливості, що пов'язані з еволюційним минулим / О. Л. Луценко. – Харків: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2018. – 312 с.

4. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник / Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.; за наук. ред. Т. М. Титаренко; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. – 220 с.

5. Столяренко О.Б. Психологія особистості: навчальний посібник / О. Б. Столяренко – К.: Центр навчальної літератури, 2019. – 280 с.

6. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. – 160 с.

Програма підготовки блоку «Клінічна психологія»

Тема 1. Теоретико-методологічні основи клінічної психології

Вступ до клінічної психології. Предмет, об'єкт та завдання клінічної психології. Історія клінічної психології. Методологічні принципи клінічної психології. Психологія діагностичного процесу. Комунікативна

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 12

компетентність лікаря. Параметри невербальної поведінки, використовувани в психодіагностиці. Паралінгвістичні компоненти спілкування. Професійна адаптація в медицині. Синдром емоційного вигорання.

Тема 2. Методологія клініко-психологічного дослідження

Індивідуально-орієнтований, патогенний та салютогенний підходи у клінікопсихологічному дослідженні. Нозологічна та описово-феноменологічна парадигми діагностики хвороби. Мета та основні завдання клініко-психологічного дослідження. Поняття про медичний та психологічний діагнози. Структура клініко-психологічного дослідження. Особливості клініко-психологічного дослідження дітей та підлітків.

Тема 3. Основні методи клініко-психологічного дослідження

Особливості та мета проведення клініко-психологічного інтерв'ю. Психотехніки діагностичного вислуховування. Метод аналізу історії життя особи (анамнез). Суб'єктивний та об'єктивний анамнез. Метод спостереження за поведінкою особи в клінічній психології. Метод генеограми у клінічній психології. Поняття про клініко-психологічний експеримент. Завдання нейропсихологічного та патопсихологічного дослідження. Завдання психологічного дослідження в соматичній клініці. 7. Проективна психодіагностика у клінічній психології.

Тема 4. Невротичні розлади

Поняття про «стрес», «стресостійкість», «копінг-стратегії», «механізми психологічного захисту», «інвалідність», «стигма», «інклюзія». Загальний адаптаційний синдром (за Г. Сельє). Загальне поняття про невротичні розлади. Невротичні реакції, невротичні стани і невротичний розвиток особистості. Когнітивно-поведінкова теорія розвитку невротичних розладів. Критичний вік розвитку невротичних розладів. Неправильний стиль виховання як чинник формування невротичного розладу. Класифікація невротичних розладів за МКХ-10. Особливості діагностики та корекції невротичних розладів.

Тема 5. Психосоматичні та соматопсихічні розлади

Визначення поняття «психосоматичні розлади», «соматопсихічні розлади». Психосоматичні співвідношення в межах норми. Чинники розвитку психосоматичних розладів. Теорії виникнення психосоматичних розладів та алекситемічна концепція. Модель відмови від віри в майбутнє. Класифікація психосоматичних розладів. Психологічний аналіз психосоматичних розладів. Психологічний аналіз соматопсихічних розладів. Діагностика та корекція в психосоматиці.

Тема 6. Гострий стресовий розлад та посттравматичний стресовий розлад

Ознаки гострого стресового розладу. Етапи переживання ГСР. Поняття та чинники розвитку посттравматичного стресового розладу. Види посттравматичного стресового розладу. Критерії діагностики посттравматичного стресового розладу за МКХ-10 і DSM-V. Особливості діагностики та психотерапії ПТСР.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 13

Тема 7. Розлади особистості

Сутність, класифікація характеру особистості. Загальна характеристика розладів особистості. Критерії діагностики розладів особистості. Чинники виникнення розладів особистості. Класифікація розладів особистості за МКХ-10, їх основні характеристики. Основи діагностики та психотерапії розладів особистості.

Тема 8. Психологія та психотерапія болю

Поняття та функції болю. Види болю. Чинники інтенсивності больового відчуття. Розуміння болю у психоаналізі. Психосоматична концепція болю Енгеля. Загальна характеристика психічного болю. Рівні та види обезболення. Психотерапія хронічного болю (психоаналіз, когнітивно-поведінкова психотерапія та ін.).

Тема 9. Вікова клінічна психологія

Соціальні та біологічні складові нормального та аномального розвитку людини. 2. Розлади психіки і поведінки в немовлячому та ранньому віці (за В.Ковальовим, Д.Ісаєвим). Ознаки розладів спектру аутизму. Ознаки синдрому дефіциту уваги з гіперактивністю. Ознаки страху у дітей. Психічні та психосоматичні розлади у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Розлади поведінки у підлітків.

Психопатологія юності. Розлади психіки в період дорослості, осіб похилого та старечого віку.

Тема 10. Психопрофілактика та психотерапія у клінічній психології

Види та етапи психопрофілактики (первинна, вторинна, третинна). Універсальна та вибіркова психопрофілактика. Психопрофілактика психічних розладів. Поняття про психотерапію. Основні напрямки сучасної психотерапії в клінічній психології. Психодинамічна терапія та КПТ в роботі клінічного психолога. Еклектизм і інтеграція методів психотерапії в клінічній психології. Поняття психопрофілактики.

Інформаційні джерела блоку

1. Вебер Т. Травмафокус. Спеціалізований психотерапевтичний метод для роботи зі стресом, травмою та хронічним болем. Харків: Літера Нова, 2020. – 164 с.
2. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С.Д. Максименко, Я.В. Руденко, А.М. Кушнерьова, В.М. Невмержицький. – Київ: «Видавництво Людмила», 2021. – 438 с.
3. Медична психологія : підруч. ; за заг. ред. докт. мед. наук, проф. І. Д. Спіріної. – Дніпро : ЛІРА, 2022. – 300 с.
4. В. Тарасун. Аутологія: теорія і практика. Підручник. В Тарасун – К.: «Вадекс», 2018. – 590 с.
5. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Київ : Центр навчальної літератури, – 2019. – 388 с.
6. Карпенко Є. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості / Є. В. Карпенко // монографія. Дрогобич: Посвіт, 2020. 436 с.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 14

7. Мар'єнко Б.С. Основи психопатології: навч. посібник. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 120 с.

8. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. / Загальна ред.: Н. Пророк. Київ, 2018. 208 с.

9. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. / Загальна ред.: Л. Царенко. Київ, 2018. 240 с.

Програма підготовки блоку «Соціально-психологічний тренінг психологічної підготовки до діяльності в екстремальних умовах»

Тема 1. Історичні передумови виникнення СПТ.

Історія виникнення групового соціально-психологічного навчання і його переваги перед індивідуальним навчанням. Співвідношення понять «групове соціально-психологічне навчання» і «групова психотерапія». Різновиди тренінгових груп. «Групи зустрічей», «Т-групи», «групи соціально - психологічного тренінгу поведінки». Їх цілі, основні положення, принципи організації, загальні ознаки. Комунікативна компетентність і її компоненти.

Тема 2. Основні методи соціально-психологічного тренінгу. Метод дискусії. Біографічні, тематичні, інтерактивні дискусії: зміст, сфера застосування і відмітні ознаки. Ігровий метод. Відмітні особливості ігрової діяльності. Операційні і міжособистісні ігри. Різновиди ігрового методу. Ситуаційні ігри. Психодрама, її ключові поняття (спонтанність, ситуація, катарсис, інсайт) і елементи (сцена, протагоніст, ведучий, допоміжне «Я», публіка). Трансакційний аналіз, види трансакцій. Методи, засновані на невербальній активності: проектний малюнок, психогімнастика, методи тілесної і танцювальної терапії.

Тема 3. Техніки, які використовуються в СПТ. Психокорекційна техніка. Техніка активного слухання. Техніка емпатичного приєднання до учасника СПТ. Техніка вербального і невербального спілкування психолога з групою в СПТ. Методи психодіагностики учасників СПТ.

Тема 4. Загальна характеристика групи тренінгу: структура і класифікація. Склад тренінгових груп: якісний і кількісний аспекти. Вимоги до учасників: важливість процедури відбору. Гетерогенність і гомогенність групи тренінгу. Ролеві позиції в групі тренінгу. Соціальна і ігрова роль. Розширення ролевого репертуару як одне із завдань СПТ. Функція рішення задачі і функція надання підтримки. Групові норми в СПТ. Основні цілі введення правил роботи в тренінгу. Правила праці в гурті тренінгу. Варіанти санкцій за недотримання групових норм. Класифікація тренінгових груп. Критерії класифікації груп тренінгу. Взаємозв'язок між цілями групової роботи і видами тренінгових груп. Механізм (процеси інтеграції і дезінтеграції) зміни особистості в груповому тренінгу. Типології груп соціально-психологічного тренінгу. Тренінг психоаналітичної орієнтації. Тренінг біхевіористичної орієнтації. Тренінг когнітивістичної орієнтації. Тренінг гуманістичної орієнтації. Тренер – ведучий тренінгової групи. Завдання та функції тренера. Ролі ведучого групи. Види

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 15

діяльності ведучого групи. Професійні вимоги до тренера. Робота тренерів у парі (ко-тренери). Професійна підготовка тренера.

Тема 5. Постановка цілей і формулювання завдань тренінгу психологічної підготовки до діяльності в екстремальних умовах. Ввідна частина тренінгу, її структура, завдання і психотехніки. Самопрезентація тренера, введення правил тренінгової групи. Визначення потреб тренінгової групи. Поняття модуля і номера програми тренінгу. Етапи проведення номера. Зворотний зв'язок. Деролінг, шерінг і де-брифінг.

Тема 6. Проблематизація в тренінгу психологічної підготовки до діяльності в екстремальних умовах. Поняття проблематизованості групи СПТ. Психотехніки, вживані для проблематизації групи. Оптимальна міра проблематизованості групи. Експлікація в тренінгу. Поняття експлікації в тренінгу і психотехнічні засоби для її реалізації. Однозначність змісту, що експліцірується для учасників групи. Психотехніки, вживані для формування зворотного зв'язку.

Тема 7. Закріплення змін, досягнутих в тренінгу. Способи закріплення змін залежно від виду тренінгу. Цикл самонавчання. Асиміляція тренінгового досвіду. Уявлення про оцінку ефективності і ефекти СПТ. Проблема оцінки ефективності СПТ. Ефекти СПТ: моніторинг успішності, система експрес-аналізу. Основні детермінанти успішності тренінгу. Величина групи. Активність учасників. Приріст знань і вдосконалення умінь як ефекти СПТ.

Інформаційні джерела блоку

1. Міщенко М. С. Психологія життєвої кризи особистості : навч.-метод. посіб. – Умань : Візаві, 2020. – 154 с.
2. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій : навчально-методичний посібник. – Миколаїв, «Іліон», 2018 с. – 298 с.
3. Васильєв Я. В. Психокорекція позицій цільової спрямованості особистості: навч. посіб. / Я. В. Васильєв, В. І. Каневський. – Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. – 88 с.
4. Кузікова С. Теорія і практика вікової психокорекції: навч. посібник 2-ге вид., стер. Суми: Університетська книга, 2018. – 384 с.
5. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Навч. Посібн. Модульно рейтинговий курс. 3-тє вид. – К.: Видавничий дім „Персонал”, 2019. – 544 с. Всесвітня організація охорони здоров'я. Самодопомога Плюс: Груповий курс управління стресом для дорослих. Узагальнена версія 1.0 для апробації в польових умовах, 2021 р. Серія психологічних втручань низької інтенсивності, № 5. Копенгаген: Європейське регіональне бюро ВООЗ; 2022. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO
6. Психологія сприйняття та переробки інформації : Посібник для самостійної роботи здобувачів вищої освіти та дистанційного навчання / Л. В. Єременко. – Мелітополь: ФОП Однорог Т. В., 2021. –150 с.
7. Мар'єнко Б.С. Основи психопатології: навч. посібник. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2020. – 120 с.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 16

8. «Удосконалення систем охорони здоров'я та послуг у сфері психічного здоров'я». Копенгаген: Всесвітня організація охорони здоров'я, Європейське регіональне бюро; 2021 р. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

9. Важливі навички в періоди стресу: ілюстроване керівництво: Копенгаген: Європейський регіональний офіс Всесвітньої організації охорони здоров'я; 2020. Ліцензія es BY-NC-SA 3.0 IGO.

Програма підготовки блок «Психогігієна праці в особливих умовах діяльності»

Тема 1. Психогігієна праці як наука та практика в особливих умовах діяльності.

Структура та сучасний стан психогігієни та психопрофілактики праці в особливих умовах діяльності. Предмет і завдання психогігієни праці в особливих умовах діяльності. Психогігієна як наука та практика в умовах війни. Рівні практичної психогігієни в умовах війни: всеукраїнський, окремих організацій, родин, особистості працівника.

Міждисциплінарні зв'язки. Психогігієна та психопрофілактика. Психогігієна та психокорекція. Психогігієна та психотерапія.

Тема 2. Концепція психологічного здоров'я особистості фахівця. Принципи та методи психогігієни.

Концепція психічного здоров'я особистості. Загальна стратегія концепції здоров'я. Стан здоров'я, Оцінка здоров'я фахівця за трьома ознаками: соматична, соціальна й особистісна. Індивідуальне і популяційне здоров'я, їх сутність. Чинники, що обумовлюють психічне здоров'я. Фактори ризику.

Методи психогігієни та психопрофілактики. Психоедукація. Санітарна просвіта. Загальні з психотерапією та психокорекцією методи. Методи оздоровлення. Оздоровлення через мистецтво та творчість. Ментальні вправи. Методи аутогенного тренування. Трансові методи. Бібліотерапія. Ведення щоденника. Біологічний зворотний зв'язок.

Тема 3. Психогігієна психічного здоров'я фахівця в особливих умовах його діяльності.

Здоров'я як життєва цінність. Суб'єктивна картина здоров'я і хвороби. Сенс у житті та збереженні здоров'я. Здоров'я у структурі ціннісних орієнтацій фахівця.

Ставлення фахівця до здоров'я та його складові. Суб'єктивна цінність здоров'я. Когнітивна складова ставлення до здоров'я. Емоційна складова ставлення до здоров'я. Суб'єктивне оцінювання здоров'я.

Психогігієна порушень психологічного здоров'я фахівця. Симптоми та ознаки, що відносяться до емоційного стану фахівця (МКХ-11). Нервозність. занепокоєння і збудження. Стан тривоги у зв'язку з невдачами і нещастями. Деморалізація і апатія. Дратівливість і озлоблення. Ворожість. Фізична агресивність. Фізична жорстокість. Сексуальна жорстокість. Жорстоке поведіння з тваринами.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 17

Симптоми та ознаки, що відносяться до зовнішнього вигляду і поведінки фахівця. Рівні особистої гігієни. Химерний зовнішній вигляд. Дивна і нез'ясовна поведінка. Загальмованість і уповільнена реакція. Підозрілість і явна вивертливість. Надмірний інтерес і підвищена увага до стресових подій. Багатослівність і зайві подробиці, що роблять неясною причину взаємодії.

Акцентуйовані особистісні риси фахівця, його соціальна адаптація. Професійна деформація фахівця.

Тема 4. Практики психогігієни як частина здорового способу життя фахівця в особливих умовах його діяльності.

Спосіб життя. Структурно-функціональна характеристика способу життя. Рівень життя, стиль життя, уклад життя, життєві стратегії, життєві сценарії, предиктори та превентори способу життя.

Здоровий спосіб життя. Життєві стратегії та життєві сценарії. Якість життя. Умови життя як чинники впливу на здоров'я.

Нездоровий спосіб життя або саморуйнівна поведінка. Проблеми, пов'язані із способом життя. Вживання тютюну. Вживання алкоголю. Використання наркотиків та інших психоактивних речовин. Вплив гіподинамії та нерационального харчування. Екстремальна поведінка.

Тема 5. Психогігієнічні складові світогляду особистості фахівця в особливих умовах його діяльності.

Основні напрямки розвитку світогляду та формування здорового способу життя фахівця. Основні документи держави щодо формування здорового способу життя. Девіантна поведінка. Наркоманія. Агресія та правопорушення. Основні програми запобігання девіантної поведінки.

Хімічні залежності. Алкогольна залежність: фактори розвитку, стадії, попередження. Наркотична залежність: стадії, ризики виникнення, допомога. Залежність від ліків: снодійного, транквілізаторів. Початкові ознаки наркотичної лікарняної залежності. Залежність від вживання нікотину: міфи щодо паління тютюну, причини.

Співзалежність. Причини співзалежності: сутність, вихід, попередження.

Психопрофілактика залежної поведінки. Акцентуйовані залежності: Ігроманія, комп'ютерні ігри, інтернет-залежність, ознаки та наслідки інтернет-залежності, практичні рекомендації для позбавлення від залежності. Сексоманія. Трудоголізм.

Залежність від культу: Деструктивна поведінка, риси, виникнення, культова спільнота та її утримання. Методи вербування, її початок і продовження, стратегія поневолення, маніпулювання свідомістю. Особистісні фактори залежності, зниження опору, деформації свідомості. Убезпечення від поневолення.

Тема 6. Психогігієнічна протидія негативним чинникам професійного середовища.

Вплив екології на психічне здоров'я працівника. Ендоекологія. Проблеми ендоекології. Екзоекологія.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/18

Фізичні чинники довкілля: світло, темрява, звук, низька температура, висока температура. Проблеми, пов'язані з фізичними чинниками. Професійні чинники ризику: іонізуюче випромінювання, струм високої і надвисокої частоти, електромагнітні поля побутової частоти, вібрація, вібраційна випромінювання, хвороба. Робота у несприятливих та шкідливих умовах.

Вплив професійних чинників. Природні та техногенні катастрофи і психічне здоров'я. Чинники їх впливу. Принципи надання психологічної допомоги у несприятливих та шкідливих умовах. Невідкладна психологічна допомога.

Тема 7. Збереження і зміцнення психічного здоров'я особистості фахівця засобами розвитку його психічної стійкості.

Процес гармонізації особистості фахівця та його саногенний потенціал. Гармонія особистості. Здоров'я та гармонія. Гармонія особистості як гуманітарна проблема. Поняття гармонії особистості фахівця. Гармонія ставлень особистості фахівця, розвитку особистості фахівця та сенс його життя. Узгодженість життєвих процесів особистості фахівця. Функціонування. Самоуправління та саморегуляція. Розвиток і динаміка особистості фахівця. Адаптація.

Розвиток психологічної стійкості фахівця та його саногенного потенціал. Уявлення щодо психологічної стійкості. Аспекти та чинники психічної стійкості фахівця. Особистісні чинники психічної стійкості. Домінанти активності як опори стійкості. Психологічна стійкість як опірність. Залежна поведінка як наслідок зниження стійкості. Односпрямована (акцентуйована) активність фахівця.

Сучасні технології психогігієни особистості фахівця: напрямки, зміст, засоби. Нарощення саногенного потенціалу особистості фахівця. Зміна ставлень фахівця до дійсності. Вплив негативних настановлень. Поглиблення здатності особистості фахівця до усвідомлення. Зцілення через самоналаштування. Дороговкази самоналаштування.

Тема 8. Родинна психогігієна фахівця.

Функціонування сім'ї фахівця. Стадії розвитку сім'ї. Типи родин. Деадаптивні форми функціонування сім'ї. Родинна психогігієна. Подружня адаптація.

Сімейні переконання, традиції та звичаї, їх функції та особливості. Типи дезадаптивних сімейних переконань, традицій та звичаїв. Суб'єктивне сімейне благополуччя та настрої фахівців.

Виховання у сім'ї, функції та особливості. Вплив типів неправильного сімейного виховання на розвиток фахівця. Характеристика психічного розвитку (за Г. Костюком).

Тема 9. Психопрофілактика негативних станів та поведінкових проявів в умовах екстремальних ризиків.

Психогігієна професійної діяльності фахівців в екстремальних умовах. Дієвість психогігієнічного потенціалу на робочому місці фахівця: посадове регулювання, дотримання правил техніки безпеки, організація занять зі професійної та психологічної підготовки, психологічний супровід діяльності.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/19

Усвідомлення особистих станів та засвоєння прийомів самопомоги при виникненні гострого стресу. Чітке оволодіння практичними навиками психологічної саморегуляції, досягнення стану впевненості та психологічної готовності до відповідних дій. Моделювання психологічних факторів.

Розуміння станів ризику, їх природи, спричинення, неперервності.

Стани з ризиком перенапруження (тензійні) Напруження. Стрес. Особистісні фактори напруження. Ознаки гострого напруження. Прояви затяжного напруження. Емоційне напруження. Кумулятивний характер стресу. Стан фрустрації. Стан бездіяльності, пустоців.

Тема 10. Інформаційна гігієна та протидія нівелюванню позитивного морально-психологічного стану працівників.

Інформація як відомості про події чи явища. Інформаційна безпека як стан захищеності інтересів держави, суспільства, людини. Інформування населення. Інформаційна протидія. Інформаційно-психологічні операції. Інформаційна гігієна, що спрямована на протидію інформаційно-психологічним операціям та розхитування морально-психологічного стану працівника, професійної, етнічної групи, груп населення.

Оцінка морально-психологічного стану. Суб'єкт морально-психологічного стану: окремих працівник, професійна, етнічна група, групи населення. Конкретні явища, процеси індивідуальної та групової (суспільної) свідомості. Оцінювання мотиваційного потенціалу до дій. Зміст і міра відповідності професійним і моральним нормам. Стійкість, надійність функціонування на заданому рівні. Прогнозування розвитку вмотивованості. Показники предметно-практичного плану. Показники у психічній сфері. Показники базові та ситуативні. Знання та розуміння, позиції та настанови, оцінки та ставлення до подій, фактів, ситуацій.

Інформаційні джерела блоку

1. Бойчук Ю. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / Ю. Бойчук. – Харків: Оригінал, 2018 р. – 724 с.
2. Гігієна та екологія : підручник / В. Бардов, С. Омельчук, Н. Мережкіна. – Вінниця : Нова Книга. 2020. – 472 с.
3. Гордієнко-Митрофанова І. Позитивна психотерапія: навчальний посібник з психотерапевтичних практик розвитку усвідомленої стресостійкості / І. Гордієнко-Митрофанова, Д. Гоголь. – Київ : ГО «МНГ», 2022. – 221 с.
4. Кириченко В. Психологія праці та інженерна психологія : навчальний посібник. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2022. – 240 с.
5. Кокун О., Мороз В., Лозінська Н., Пішко І. Психологічна профілактика психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України : метод. посіб. / О. М. Кокун, В. М. Мороз, Н. С. Лозінська, І. О. Пішко. – К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2021. – 301 с.
6. Загальна психологія: навчальний посібник / за заг. ред. Р. Калениченка, О. Льовкіної, І. Петухової. Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2020. – 554 с.
7. Максименко С., Руденко Я., Кушнерьова А., Невмержицький В.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК43 - 2023
	Екземпляр № 1	Арк 20/ 20

Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С. Максименко, Я. Руденко, А. Кушнєрєва, В. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. – 438 с.

8. Петухова І. Психологія особистості: навчальний посібник / І. Петухова, Р. Калениченко, О. Льовкіна та ін. – Ірпінь: Університет державної фіскальної служби України, 2021. – 338 с.

9. Штифурак В., Шпортун О. Феноменологія, практика та корекція психологічного здоров'я особистості: монографія / В. Штифурак., О. Шпортун. Вінниця, 2019. – 331с.

Критерії оцінювання знань

Критерії оцінювання – це система якостей, яка дозволяє реалізувати принцип єдності вимог до змісту і форми контролю рівня засвоєння знань і вмінь та їх об'єктивного оцінювання.

Шкала оцінювання

За шкалою	Атестаційний екзамен	Бали
A	Відмінно	90-100
B	Добре	82-89
C		74-81
D	Задовільно	64-73
E		60-63
FX	Незадовільно	35-59
F		0-34