

	<p style="text-align: center;"><b>Силабус навчальної дисципліни</b>  <b>«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я»</b>  <b>Освітньо-професійної програми «Психологія»</b>  <b>Спеціальність: С4 Психологія</b>  <b>Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини</b></p>
Рівень вищої освіти	третій (бакалаврський) рівень
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна циклу вільного вибору
Семестр	парний семестр
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години	4 кредити / 120 годин
Мова викладання	українська
Що буде вивчатися (предмет вивчення)	Предметом вивчення є: психологічні аспекти, що впливають на ментальне здоров'я людини.
Чому це цікаво/треба вивчати (мета)	Знання теоретичних та практичних основ дисципліни <b>«Психологічні основи ментального здоров'я»</b> дозволять майбутнім фахівцям зрозуміти сутність ментального здоров'я та фактори, що на нього впливають; ознайомитися з основними психологічними теоріями та концепціями, що стосуються ментального здоров'я; оволодіти методами та стратегіями психологічної допомоги та підтримки; зрозуміти важливість профілактики ментальних розладів та зміцнення ментального здоров'я; сформувати у студентів цілісне уявлення про ментальне здоров'я; оволодіти методами та стратегіями психологічної допомоги та підтримки; зрозуміти важливість профілактики ментальних розладів та зміцнення ментального здоров'я.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<p>ПРН8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для поінформованої аудиторії, формулювати розгорнутий аналіз та тези досліджень.</p> <p>ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (зокрема, щодо організації заходів раннього втручання).</p> <p>ПРН11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, встановлювати ефективність власних дій (в т.ч. у роботі з особами, що отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).</p> <p>ПРН12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до запиту.</p> <p>ПРН15. Демонструвати відповідальне ставлення до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку</p> <p>ПРН18. Розуміти важливість збереження здоров'я (власного й навколишніх) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.</p>
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)	<p><b>1) Загальні компетентності:</b></p> <p>ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення. Здатність розуміти та аналізувати психологічні аспекти ментального здоров'я.</p> <p>ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової</p>

	<p>активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p> <p><b>2) Фахові компетентності:</b></p> <p>СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).</p> <p>СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту.</p> <p>СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p>
<b>Навчальна логістика</b>	<p><b>Зміст дисципліни:</b></p> <p>Загальні основи ментального здоров'я.  Історія розвитку уявлень про ментальне здоров'я.  Психологічні теорії та концепції ментального здоров'я:  Фактори, що впливають на ментальне здоров'я:  Психологічні розлади.  Класифікація психологічних розладів.  Психологічна допомога та підтримка:  Профілактика ментальних розладів:  Стратегії профілактики ментальних розладів на рівні громади.  Формування здорового способу життя як фактор зміцнення ментального здоров'я.</p> <p><b>Види занять:</b> лекції; практичні заняття; самостійна робота.</p> <p><b>Методи навчання:</b> інтерактивні методи (мозкова атака, вправи, дискусії, рефлексії); репродуктивний (виконання завдання за зразком); проблемні завдання, тренінги, дискусії, презентації.</p> <p><b>Самостійна робота:</b> студентів передбачає підготовку до аудиторних занять (ведення конспекту лекцій, опрацювання матеріалу до практичних занять, підготовка доповідей, презентацій, вибір психодіагностичних методик тощо).</p> <p><b>Методи контролю:</b> вибіркового усний, експрес-контроль, модульна контрольна робота, реферативна доповідь, доповідь з презентацією, самопрезентація.</p> <p><b>Форми навчання:</b> денна, заочна.</p>
<b>Пререквізити</b>	<p>Знання з загальної психології, соціальної психології, психологічної служби, психофізіології.</p> <p>Навчальна дисципліна доступна для вивчення без наявності фахової підготовки.</p>
<b>Пореквізити</b>	<p>Знання дисципліни «Психологічні основи ментального здоров'я» можуть бути використані під час написання курсової та бакалаврської робіт; при проходженні переддипломної практики; у фаховій роботі психолога.</p>
<b>Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ КАІ</b>	<p><b>Науково-технічна бібліотека НАУ. Репозитарій НТБ НАУ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни : Навч.-методичний посібник. К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 124 с.</li> <li>2. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров'я та міжособового спілкування: підручник / І.Я. Губенко, О.С. Карнацька, О.Т. Шевченко. — 3-є видання</li> <li>3. Посібник «Підтримка ментального здоров'я в кризові періоди» <a href="https://knowledge.org.ua/posibnik-pidtrimka-mentalnogo-zdorov-ja-v-krizovi-periodi/">https://knowledge.org.ua/posibnik-pidtrimka-mentalnogo-zdorov-ja-v-krizovi-periodi/</a></li> <li>4. 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.</li> </ol>

	<p>5. Ржевська-Штефан З.О. Психологія здоров'я: навч.-метод. посібник Кіровоград: «Імекс ЛТД», 2010. 134 с.</p> <p>6. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 280 с.</p> <p>7. Тимофієва М.П., Двіжона О.В. Психологія здоров'я: Навчальний посібник. - Чернівці: Книги - XXI, 2009. - 296 с.</p>
<b>Локація та матеріально-технічне забезпечення</b>	Мультимедійна аудиторія кафедри 8.1203 проектор, презентації, творчі завдання.
<b>Семестровий контроль, екзаменаційна методика</b>	Диференційований залік
<b>Кафедра</b>	Кафедра авіаційної психології
<b>Факультет</b>	Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій
<b>Викладач(і)</b>	<p><b>Гордієнко Наталія Василівна</b>  <b>Посада:</b> доцент кафедри авіаційної психології  <b>Науковий ступінь:</b> кандидат психологічних наук  <b>Профайл викладача:</b>  <b>ORCID iD</b>  <a href="https://orcid.org/0000-0002-0688-5626">https://orcid.org/0000-0002-0688-5626</a></p>  <p><b>Тел.:</b> 0958844693  <b>E-mail:</b> nataliia.hordiienko@npp.nau.edu.ua  <b>Робоче місце:</b> 8.701</p>
<b>Оригінальність навчальної дисципліни</b>	Авторський курс
<b>Лінк на дисципліну</b>	

Розробник

Наталія ГОРДІЄНКО

В.о. завідувача кафедри

Лада ЯКОВИЦЬКА