



**Силабус навчальної дисципліни  
«СТРАТЕГІЇ ПРИВАТНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ»  
8932 ОПП «Психологія»  
Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика, інформація  
та міжнародні відносини  
Спеціальність: С 4 Психологія**

<b>Рівень вищої освіти</b>	<b>Другий рівень вищої освіти (освітній)</b>
<b>Статус дисципліни</b>	Навчальна дисципліна циклу вільного вибору (фахова)
<b>Курс</b>	1
<b>Семестр</b>	2
<b>Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години</b>	4,0/120
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Що буде вивчатися (предмет вивчення)</b>	Види складних емоційних та психологічних станів особистості, способи психологічної допомоги (самодопомоги).
<b>Чому це цікаво/треба вивчати (мета)</b>	Знання про внутрішній світ особистості та підходи його вивчення та дослідження; аспекти впливу криз на життєдіяльність особистості; особливості внутрішніх переживань особистості в умовах невизначеності; складні емоційні та психологічні стани: горя, стресу, травми; техніки корекції внутрішнього травматичного досвіду; психотехніки самодіагностики та самозміни особистості; основні правила та прийоми збереження психологічного здоров'я на роботі, в тому числі в авіаційній галузі, та у повсякденному житті.
<b>Чому можна навчитися (результати навчання в сукупності з іншими освітніми компонентами)</b>	(ПРН1) Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно- комунікаційних технологій. (ПРН9) Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності. (ПРН11) Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності. (ПРН13) Здійснювати професійну самоосвіту, самовдосконалення та саморозвиток, враховуючи запит організацій та установ, а також специфіку та спрямованість їхньої діяльності, в тому числі в авіаційній галузі.
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності в сукупності з іншими освітніми компонентами)</b>	1) Інтегральні компетентності: (ІК) Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов та вимог. 2) Загальні компетентності: (ЗК1) Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях для самодопомоги та допомоги іншим. (ЗК4) Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. (ЗК6) Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). 3) Фахові компетентності: (ФК3) Здатність обирати і застосовувати валідні та надійні методи наукового дослідження та доказові методики і техніки практичної діяльності.

	<p>(ФК8) Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.</p> <p>(ФК10) Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.</p>
<b>Навчальна логістика</b>	<p><b>Зміст дисципліни.</b> Тема 1. Особистість та переживання внутрішнього світу. Тема 2. Життєві та вікові кризи, їх наслідки. Тема 3. Стрес, фрустрація, внутрішні конфлікти, їхній вплив на життєдіяльність. Тема 4. Психологічна травма та травматичний досвід. Тема 5. Стан горя та шляхи виходу. Тема 6. Психологічні методи та практики саморегуляції та структурування особистого досвіду. Тема 7. Сучасні напрями психологічного консультування. Тема 8. Психотехніки самодіагностики та самозміни. Тема 9. Особистісний потенціал та прийоми збереження психологічного здоров'я особистості в екстремальному професійному середовищі (в авіаційній галузі).</p> <p><b>Види занять:</b> лекції та практичні заняття.</p> <p><b>Самостійна робота студентів</b> передбачає підготовку до аудиторних занять (ведення конспекту лекцій, опрацювання матеріалу до практичних занять, підготовка доповідей, презентацій, вибір психодіагностичних методик та психотехнік, самозвіти саморефлексії).</p> <p><b>Методи навчання:</b> пояснювально-ілюстративний метод (ілюстрування, демонстрування, тестування, обробка та інтерпретація результатів; використання мультимедійних презентацій, схем), інтерактивні методи (робота у парах, метод опори на життєвий досвід студентів; творчі завдання) тощо.</p> <p><b>Методи контролю:</b> вибірковий усний, експрес контроль, модульна контрольна робота, реферативна доповідь, доповідь з презентацією, результати саморефлексії тощо.</p> <p><b>Форми навчання:</b> очна, заочна.</p>
<b>Пререквізити</b>	Знання з основ психології, загальні та фахові знання, отриманні на першому (бакалаврському) та другому (магістерському) рівні вищої освіти.
<b>Пореквізити</b>	Знання із цієї дисципліни можуть бути використані при вивченні дисциплін вибіркового циклу та переддипломної практики у сфері психології та при написанні кваліфікаційної роботи магістра.
<b>Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ КАІ</b>	<p><b>Науково-технічна бібліотека КАІ. Репозитарій НТБ КАІ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вашека Т.В., Лич О.М. Позитивне самоствалення та оптимізм як детермінанти життєстійкості студентів в умовах невизначеності. Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій: зб. наук. праць / ред. Л.В. Помиткіна. Київ: МВЦ «Медінформ», 2023. С. 31-36.</li> <li>2. Вашека Т., Лич О.М., Мужанова Н. Сприймання кібербулінгу як норми сучасного онлайн спілкування студентською молоддю. Наукові перспективи. 2022. № 9 (27). С. 325–335. <a href="https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-9(27)">https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-9(27)</a></li> <li>3. Гаврилькевич В., Подкоритова Л. Використання тренінгових технологій для розвитку навичок саморегуляції у студентів. Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: зб. наук. праць / ред. Л.В. Помиткіна. Київ: Кафедра, 2021. С. 182-187.</li> <li>4. Маршицька В.В. Культура як фактор соціального та духовного розвитку особистості. Національна ідентичність в мові і культурі: зб. наук. праць / ред. О.Г. Шостак. Київ: Талком, 2021. С. 266-270.</li> <li>5. Павленко Т.В. Розуміння довербальних травм методом психотерапії «Я-реконструкція». Актуальні проблеми вищої</li> </ol>

	<p>професійної освіти. 2023. С. 85-88.</p> <p>7. Лич О.М., Ічанська О. Гірчук О. Особливості переживання самотності молодими жінками під час війни. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2023. № 5. С. 97-106. <a href="https://doi.org/10.52363/dcpp-2023.1.9">https://doi.org/10.52363/dcpp-2023.1.9</a></p> <p>8. Романенко О. Напрями психологічної допомоги особистостям в умовах пост-травми. Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: зб. наук. праць. Київ: Кафедра, 2021. С. 25-30.</p> <p>9. Ярмольчик М.О., Лич О.М. Психологічні технології роботи з військово службовцями під час декомпресії. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права, 2021. №2. С. 88-92. <a href="https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2021.2.15">https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2021.2.15</a></p>
<b>Локація та матеріально-технічне забезпечення</b>	Мультимедійна аудиторія кафедри 8.1203 (кабінет з комп'ютером, екраном та проектором для демонстрації медіа-матеріалів), презентації, бланки тестів, творчі завдання.
<b>Семестровий контроль, екзаменаційна методика</b>	Диф. залік
<b>Кафедра</b>	Кафедра авіаційної психології
<b>Факультет</b>	Факультет психології, комунікації та перекладу (ФПКП)
<b>Викладач (фото обов'язково)</b>	 <p>Лич Оксана Миколаївна  <b>Посада:</b> професор кафедри авіаційної психології  <b>Вчений ступінь:</b> доктор психологічних наук  <b>Профайл викладача:</b>  <b>Профіль Google Scholar:</b>  <a href="https://scholar.google.com.ua/citations?hl=ru&amp;user=ri308s4AAAAJ">https://scholar.google.com.ua/citations?hl=ru&amp;user=ri308s4AAAAJ</a>  <b>Профіль ORCID:</b>  <a href="https://orcid.org/0000-0002-0873-3319">https://orcid.org/0000-0002-0873-3319</a>  <b>Профіль ResearchGate:</b>  <a href="https://www.researchgate.net/profile/Oksana_Lych">https://www.researchgate.net/profile/Oksana_Lych</a>  <b>Профіль Publons:</b>  <a href="https://publons.com/researcher/1876470/oksana-m-lych">https://publons.com/researcher/1876470/oksana-m-lych</a>  <b>E-mail:</b> Oksana.lych@npp.kai.edu.ua  <b>Робоче місце:</b> 8.1207</p>
<b>Оригінальність навчальної дисципліни</b>	<i>Зміст навчальної дисципліни та практичні заняття базуються на надбаннях різних галузей психології теоретичного та прикладного характеру, на наукових дослідженнях викладача.</i>

Розробник

Оксана ЛИЧ

В.о. завідувача кафедри

Лада ЯКОВИЦЬКА