

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ
ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**

Факультет психології

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Психологія загального здоров'я
та психологічного благополуччя**

Освітня програма “Психологія”

Спеціальність 053 “Психологія”

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол №1 від «29» серпня 2022 р.

м. Івано-Франківськ - 2022

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Результати навчання (компетентності)
5. Організація навчання курсу
6. Система оцінювання курсу
7. Політика курсу
8. Рекомендована література

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	«Психологія загального здоров'я та психологічного благополуччя»
Викладач (-і)	К.психол.н., професор Гасюк М.Б.
Контактний телефон викладача	0997042291
E-mail викладача	myroslava.hassuk@pnu.edu.ua
Формат дисципліни	Очна/заочна
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС
Посилання на сайт дистанційного навчання	http://www.d-learn.pu.if.ua
Консультації	кожний 3-й четвер місяця
2. Анотація до курсу	
<p>У формуванні усвідомленої мотивації до збереження і зміцнення власного здоров'я та благополуччя величезна роль належить психології. Зокрема, психологія здоров'я та благополуччя – це напрямок психології, який вивчає психологічні закономірності та перспективи формування, збереження і зміцнення індивідуального здоров'я та підвищення психологічного благополуччя.</p> <p>Дисципліна вирішує питання, що стосуються зміцнення здоров'я та підвищення благополуччя, людини. Саме психологія дозволяє віднайти такі методи, такі слова, які б глибоко запали у свідомість і стали для людини переконливими в реалізації здоров'язберігаючих технологій.</p> <p>Вагомим фактором, що впливає на життєвий тонус людини, є <i>установка</i> на тривале і здорове, благополучне життя. Ця категорія суб'єктивна, але вона може мати значення важливого об'єктивного фактору зміцнення здоров'я та благополуччя.. Зосередження уваги на здоров'ї та благополуччі мотивує поведінку людини на досягнення позитивних цілей, коли навіть незначне зменшення болю і страждань розглядається як перемога. Тому для збереження здоров'я, ще більшою мірою ніж для звільнення від хвороби, людина повинна прийняти нове рішення відносно свого світогляду і стилю свого життя.</p> <p>Предмет зосереджений на пошуку способів розкриття резервів для тривалого і здорового і благополучного життя сучасної людини?</p> <p>Одним з ключових понять предмету є поняття внутрішньої картини здоров'я, (ВКЗ) так вивчення проблем, пов'язаних із збереженням та зміцненням індивідуального здоров'я, показує, що обов'язковим фактором у цьому контексті є формування внутрішньої картини здоров'я– <i>особливого ставлення до здоров'я, яке виражається в усвідомленні його цінності, й активно-позитивному прагненні до його збереження та зміцнення.</i></p> <p>ВКЗ – це самосвідомість і самопізнання людиною самої себе в умовах усього діапазону здоров'я. ВКЗ є базовим поняттям – це певний психофізичний простір, в якому людина здатна оцінити свої біологічні, соціально-психологічні і духовні можливості. Це не тільки знання про свої можливості, але й уміння користуватися справжніми резервами і нерозкритими індивідуальними потенціями.</p> <p><i>Завдання дисципліни:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - показати значення психології загального здоров'я та психологічного благополуччя у вивченні чинників здоров'я, а також засобів і методів його збереження, зміцнення і розвитку. - познайомити слухачів з основними методологічними підходами і методами психології здоров'я та психологічного благополуччя. - продемонструвати значення психологічних чинників тих, що впливають на формування і розвиток хворіб і їх профілактику. 	

3. Мета та цілі курсу

Метою викладання дисципліни є формування цілісного уявлення про психологічну складову у профілактиці, збереженні та відновленні здоров'я людини та благополуччя.

А також метою вивчення курсу є: ознайомити студентів з способами побудови психологічних інтервенцій у профілактику, збереження та відновлення здоров'я та благополуччя людини.

Цей курс покликаний допомогти формуванню у студентів цілісного уявлення про організацію діяльності людини у закладах охорони здоров'я .

Завдання курсу: формування уявлень про теоретичне та емпіричне знання про здоров'я та благополуччя людини та професійну психологічну допомогу у сфері здоров'я та здоров'язберігаючих технологій;

Даний навчальний курс – це система лекційних, практичних занять, самостійної роботи студентів (СРС), консультацій, заліку, вихідного інформаційного забезпечення, яка побудова на основі таких принципів:

- 1) достовірності інформації;
- 2) системності викладу матеріалу, який призначений для використання в дослідницькій діяльності;
- 3) встановлення міждисциплінарних зв'язків;

Попередні умови – попередні компетенції, якими мають володіти студенти на початку засвоєння навчального курсу:

- 1) знання основ загальної, вікової психології, фізіології, основ консультування;
- 2) знання базового змісту психологічних дисциплін та їх вихідного тематичного інформаційного забезпечення, передбаченого для вивчення у навчальних планах (ОКР "Бакалавр").

Методи навчання: репродуктивний, пояснювально-ілюстративний, метод проблемного викладання, частково-пошуковий, дослідницький.

4. Результати навчання (компетентності)

Загальні компетентності:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

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). З

К8. Навички міжособистісної взаємодії,

ЗК9 Здатність працювати в команді.

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 активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя

Фахові компетентності:

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології

СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.

- СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.
 СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел
 СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій
 СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову)
 СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту
 СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики
 СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку

Програмні результати навчання:

- ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи її розв'язання.
 ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.
 ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.
 ПР4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.
 ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технологій психологічної допомоги.
 ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.
 ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.
 ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.
 ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.
 ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, які мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.
 ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.
 ПР18. Виявляти та диференціювати проблеми збереження і відновлення психічного здоров'я та психологічного благополуччя.

5. Організація навчання курсу

Обсяг курсу			
Вид заняття		Загальна кількість годин	
лекції		16	
семінарські заняття / практичні / лабораторні		18	
самостійна робота		56	
Ознаки курсу			
Семестр	Спеціальність	Курс	Нормативний /

		(рік навчання)	вибірковий		
6- й семестр		053 Психологія	3 курс		
Тематика курсу					
Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Тема 1. Предмет та поняття психології здоров'я Місце психології здоров'я в системі психологічних знань. Етичні норми професійної діяльності в закладах охорони здоров'я.	Лекція	Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с. Лісова О. С. Психологія здоров'я: [навчально-методичний посібник] / О. С. Лісова. – Чернівці : Рута, 2001. – 201 с.	Дослідити зміст поняття здоров'я у психологічній науці; категоріальний апарат психології здоров'я. Визначити місце психології здоров'я в системі психологічних знань. Дослідити етичні норми професійної діяльності психолога в закладах охорони Особливість співпраці лікаря і психолога у лікувальному закладі. Довіра до лікаря, довіра до процесу лікування.	Усне та письмове опитування відповіді - 5 б (участь у груповій дискусії -10б) Контроль самостійної роботи: реферат-10 б, презентація -10 б, Тестування – 10 б	1 тиждень
Тема 2. Основні уявлення про здорову особистість Еталони здоров'я та здорової особистості.	Лекція	Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с.	Принципи забезпечення психічного здоров'я особистості Основні уявлення про здорову особистість Еталони здоров'я та здорової	Усне та письмове опитування відповіді - 5 б (участь у груповій дискусії -10б) Контроль самостійної роботи: реферат-10 б,	1-2тиждень
Тема 3 Поняття психологічного благополуччя особистості.	Лекція	Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с.	Суть психологічного благополуччя, зміст і динаміка психологічного благополуччя на різновікових етапах розвитку людини. Технології психологічного супроводу оптимізації психологічного благополуччя людини	Усне та письмове опитування відповіді - 5 б (участь у груповій дискусії -10б) Контроль самостійної роботи: реферат-10 б, презентація -10 б, Тестування – 10 б	3тиждень
Тема 4. Внутрішня картина здоров'я .	Лекція	Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія	Внутрішня картина здоров'я . Основні	Усне та письмове опитування відповіді -	4тиждень

		<p>здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежал Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с.</p> <p>Гасюк М.Б., Щурик І.М. Особливості психологічної корекції внутрішньої картини здоров'я підлітків із набутими вадами опорно-рухового апарату Науковий вісник Херсонського державного університету Серія психологічні науки Вип.5/2018 С.260-265.</p> <p>Гасюк М.Б. Нестерак Р В.</p>	<p>складові частини внутрішньої картини здоров'я та технології її оптимізації. Діагностика ВКЗ. Якість життя у людини у ситуації хвороби Використання ВКЗ у побудові стратегії реабілітації соматично хворих.</p>	<p>5 б (участь у груповій дискусії -10б) Контроль самостійної роботи: реферат-10 б, презентація -10 б, Тестування – 10 б Контрольна робота–10 б</p>	
		<p>Внутрішня картина здоров'я хворих, що перенесли ішемічну хворобу серця та інфаркт міокарда: емпіричне дослідження / Гасюк М.Б. Нестерак Р В// Науковий вісник Херсонського державного університету Серія психологічні науки Вип.2/2018 С.149-155</p>			
<p>Тема 5. Внутрішня картина хвороби. Діагностика ВКХ.</p>	<p>Лекція</p>	<p>Мирослава Гасюк. Етапи психологічного супроводу хворого у кардіологічному відділенні/ Мирослава Гасюк/ International Research and Practice Conference “Modern Methods, Innovations and Operational Experience in the Field of Psychology and Pedagogist”. Lublin, Republic of Poland, October 20-21, 2017. P 215-219.</p>	<p>Діагностика типів ставлення до хвороби Роль ВКХ у процесі виздоровлення соматичного хворого, технології оптимізації ВКХ.</p>	<p>Усне та письмове опитування відповіді - 5 б (участь у груповій дискусії -10б) Контроль самостійної роботи: реферат-10 б, презентація -10 б, Тестування – 10 б</p>	<p>5тиждень</p>

<p>Тема 7. Технології психологічного супроводу хворого перед оперативним втручанням.</p>	<p>Лекція</p>	<p>Лісова О. С. Психологія здоров'я: [навчально-методичний посібник] / О. С. Лісова. – Чернівці : Рута, 2001. – 201 с. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с.</p>	<p>Особливість співпраці лікаря і психолога у лікувальному закладі. Довіра до лікаря, довіра до процесу лікування. Вітальна загроза. Супровід особистості у період усвідомлення вітальної загрози. Страх втрати контролю, страх смерті. Загроза втрати і стрес родичів хворого. Місце психолога у передопераційній підготовці хворого та сім'ї. Робота з утратою.</p>	<p>Усне та письмове опитування відповіді - 5 б (участь у груповій дискусії -10б) Контроль самостійної роботи: реферат-10 б, презентація -10 б, Тестування – 10 б</p>	<p>7 тиждень</p>
<p>Тема 8. Організація реабілітації в закладах охорони здоров'я.</p>	<p>Лекція</p>	<p>Лісова О. С. Психологія здоров'я: [навчально-методичний посібник] / О. С. Лісова. – Чернівці : Рута, 2001. – 201 с. Мирослава Гасюк. Етапи психологічного супроводу хворого у кардіологічному відділенні/ Мирослава Гасюк/ International Research and Practice Conference “Modern Methods, Innovations and Operational Experience in the Field of Psychology and Pedagogist”. Lublin, Republic of Poland, October 20-21, 2017. P 215-219.</p>	<p>Основні професійні техніки у груповій роботі у закладах охорони здоров'я. Основні професійні техніки у тренінгу. Технології створення тренінгу у програмах психологічної реабілітації.</p>	<p>Усне та письмове опитування відповіді - 5 б (участь у груповій дискусії -10б) Контроль самостійної роботи: реферат-10 б, презентація -10 б, тренінгове заняття - 15б Тестування – 10 б Контрольна робота–10 б</p>	<p>8 9тиждень</p>

6. Система оцінювання курсу

У результаті засвоєння дисципліни «Психологія загального здоров'я та психологічного благополуччя» студент може набрати максимально 100 балів.

Усне та письмове опитування відповіді - 5 б (участь у груповій дискусії -10б)

Контроль самостійної роботи (КСР- 5б) (в тому числі: реферат-10 б, презентація -10 б, і, тренінгове заняття 15б, розробка теоретичної моделі дослідження 15б)

Тестування – 10 б

Контрольна робота–10 б

Критерії оцінювання знань студентів:

В основу системи оцінювання знань студентів із навчальної дисципліни «Психологія загального здоров'я та психологічного благополуччя» закладено такі критерії:

- 1) повнота знань – вичерпна достатність у відтворенні інформації щодо змісту навчальної дисципліни;
- 2) адекватність знань – їх правильність, відповідність засадничим основам курсу;
- 3) усвідомленість (осмисленість) знань – розуміння смислу інформації по навчальній дисципліні та вміння його вербалізувати;
- 4) вміння творчо мислити, інтерпретувати своє бачення і розуміння поставлених завдань («побічний продукт») діяльності

Оцінка «**відмінно**» ставиться за наявність у студента вичерпних і правильних знань щодо головних проблем ТТС, розгляду яких були присвячені лекційні та семінарські заняття. Притім, знання мають бути осмисленими, що виявляється у повноті та адекватності їх пояснення. Вміння підходити до виконання завдань не лише у форматі репродукції, а й з елементами креативності.

Оцінка «**добре**» ставиться за наявність у студента знань щодо більшості тем з дисципліни, які передбачені навчальною програмою. Притім, знання характеризуються адекватністю, але є частково усвідомленими (студент за формою відповідає правильно, а пояснити і смисл може не завжди).

Оцінка «**задовільно**» ставиться за наявність у студента фрагментарних знань з дисципліни, які при цьому не завжди точно ним розуміються і недостатньо повно вербалізуються.

Оцінка «**незадовільно**» ставиться за відсутність у студента знань щодо головних проблем з дисципліни, або ж за наявність часткових знань, які він неправильно розуміє і неправильно трактує.

Критерії оцінювання

Вимоги до письмової роботи

9-10 балів (відмінно) – завдання виконано в повному обсязі: розроблено обґрунтування проблеми дослідження, прописана актуальність проблеми, чітко і правильно визначено об'єкт, предмет, мету, завдання дослідження на прикладі власної теми магістерської роботи. Оформлена та вчасно здана письмова робота.

7-8 балів (добре) – завдання виконано в повному обсязі: розроблено обґрунтування проблеми дослідження, прописана актуальність проблеми, не чітко або невірно визначено один із зазначених компонентів дослідження: об'єкт, предмет, мету або завдання дослідження на прикладі власної теми

магістерської роботи. Оформлена та вчасно здана письмова робота.

5-6 балів (задовільно) – завдання виконано не в повному обсязі, не чітко прописана актуальність проблеми, прослідковуються істотні помилки у зазначенні компонентів дослідження: об'єкти, предмети, меті або завдання дослідження на прикладі власної теми магістерської роботи. Робота оформлена частково.

3-4 бали (незадовільно) завдання виконане частково, актуальність проблеми не зазначена,, прослідковуються істотні помилки у зазначенні компонентів дослідження або дані компоненти відсутні: об'єкти, предмети, меті або завдання дослідження на прикладі власної теми магістерської роботи. Робота оформлена частково і знада не вчасно.

1-2 бали (незадовільно) – завдання практично не виконано, складається з окремих малозмістовних тез, які за своїм змістом не відображають суті завдання. Робота не оформлена, здана не вчасно чи відсутня.

0 балів – завдання відсутнє.

Критерії оцінки розробки теоретичної моделі

13-15 балів (відмінно) – завдання виконано в повному обсязі, студент визначив підхід, який лежить в основі теоретичної моделі дослідження (системний, синергетичний, структурно-функціональний), визначив структурні елементи об'єкта, визначив основні індикатори дослідження. Представлена модель є змістовною, повною та структурованою відповідно підходу. Графічно виконана робота здана вчасно.

10-12 балів (добре) – завдання виконано в повному обсязі, студент не чітко визначив підхід, який лежить в основі теоретичної моделі дослідження (системний, синергетичний, структурно-функціональний), визначив не всі структурні елементи об'єкта, визначив основні індикатори дослідження. Представлена модель є змістовною, можливо не повною та структурованою з деякими невідповідностями підходу. Графічно виконана робота здана вчасно.

7-9 балів (задовільно) – завдання виконано не в повному обсязі, студент не чітко визначив підхід (або не визначив взагалі), який лежить в основі теоретичної моделі дослідження (системний, синергетичний, структурно-функціональний), визначив не всі структурні елементи об'єкта, частково визначив основні індикатори дослідження. Представлена модель є змістовною, не повною та не структурованою. Графічно виконана робота здана не вчасно.

4-6 балів (незадовільно) – завдання виконано частково, студент не визначив підхід, який лежить в основі теоретичної моделі дослідження (системний, синергетичний, структурно-функціональний), визначив не всі структурні елементи об'єкта, не визначив основні індикатори дослідження. Представлена модель не є змістовною, не повною та не структурованою. Графічно не виконана робота, здана не вчасно.

1-3 бали (незадовільно) — завдання практично не виконано, складається з окремих малозмістовних тез, які за своїм змістом не відображають суті завдання. Робота не оформлена, здана не вчасно чи

відсутня.
0 балів – завдання відсутнє.

Критерії оцінки письмового повідомлення:

9-10 балів (відмінно): тема реферату/письмового повідомлення актуальна та відзначається практичною значущістю; у роботі здійснено критичний огляд визначень різними авторами, наведених в різних джерелах; матеріал роботи добре структурований, логічно викладений; роботу оформлено з дотриманням встановлених правил; студент демонструє здатність робити у рефераті/письмовому повідомленні логічні висновки та узагальнення; проявляє здатність висловлювати та аргументувати власне ставлення до альтернативних поглядів на певне питання.

7-8 балів (добре): тема реферату/письмового повідомлення актуальна; у роботі здійснено аналіз основних аспектів проблеми; використано джерела, які дають змогу розкрити теоретичні й прикладні аспекти теми; матеріал реферату/письмового повідомлення загалом структурований, логічно викладений; оформлення роботи в цілому відповідає встановленим правилам; студент послідовно, обґрунтовано та теоретично правильно викладає матеріал; демонструє здатність робити логічні висновки та узагальнення; але не в повній мірі може аргументувати власне ставлення до альтернативних поглядів на певне питання; недостатньо використовує фактичні та статистичні дані.

5-6 балів (задовільно): тема реферату/письмового повідомлення не є актуальною; у роботі здійснено поверхневий аналіз основних аспектів проблеми; використані джерела не дають можливості повністю розкрити проблему; реферат/письмове повідомлення містить зайвий матеріал, що не відповідає змісту теми і свідчить про нездатність студента зрозуміти її зміст; робота в цілому оформлена згідно з правилами, але є суттєві недоліки.

3-4 балів (незадовільно): завдання виконане частково; студент не висвітлює дискусійну тему або висвітлює її неправильно; текст реферату/письмового повідомлення є повністю ідентичним тексту підручника чи конспекту або повністю ідентичним реферату/письмового повідомленню іншого студента на таку ж тему.

1-2 бали (незадовільно): завдання практично не виконано, складається з окремих малозмістовних тез, які за своїм змістом не відображають суті теми реферату/наукового повідомлення; робота не оформлена, здана не вчасно чи відсутня.

0 балів – завдання відсутнє.

Критерії оцінки презентації:

12-15 балів (відмінно): у презентації відображено глибоке, чітке розуміння та усвідомлення матеріалу, аналітичний та творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проблеми. Малюнки, звуки, фото, анімації – у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю, логічністю та послідовністю.

10-12 балів (добре): у презентації містяться важливі твердження щодо проблемних питань, презентація має в основі декілька ключових положень, які не повністю розкривають її тематику; прослідковується певна логічна структура в розміщенні інформації; презентація починається із вступу, надає інформацію в певному порядку і завершується викладенням важливих наукових моментів та висновків; не повністю представлені інформаційні джерела або не всі правильно оформлені.

7-9 балів (задовільно): презентація сфокусована на темі, але поверхнево висвітлює її; естетичний вигляд незадовільний (відсутня чітка структура розміщення інформації, недоречна графіка оформлення); важко вловити структуру подання інформації; немає посилань на використані джерела або не всі правильно оформлені.

4-6 балів (незадовільно): завдання виконане частково; презентація студента не містить відповідь на поставлене завдання, не є аргументованою; не містить посилань на джерела, що вивчаються; не містить аналізу відповідних теорій, концепцій, наукових течій, свідчить про наявність значних прогалин у знаннях студента, викладена з порушенням логіки подання матеріалу, містить багато граматичних, грубих стилістичних помилок та виправлень.

1-3 бали (незадовільно): завдання практично не виконано, презентація не розкриває сутності питання, або допущені грубі змістовні помилки, які свідчать про відсутність знань у студента, або їх безсистемність та поверховість, невміння сформулювати думку та викласти її, незнання основних положень навчальної дисципліни; наявні значні фактичні помилки, незрозумілості та нерозуміння теми, презентація не оформлена, здана не вчасно чи відсутня.

0 балів – завдання відсутнє.

Критерії оцінки тренінгового заняття:

12-15 балів (відмінно): у тренінговому занятті відображено глибоке, чітке розуміння та усвідомлення матеріалу, аналітичний та творчий підхід до поставлених задач. Під час проведення всі завдання та вправи відображають мету заняття та дозволяють учасникам здобути необхідні уміння та навички, зробити самостійні висновки, аргументувати свої рішення, вибудувати власне ставлення до проблеми. Робота виконана творчо і самостійно. Тренінгове заняття характеризується оригінальністю, логічністю та послідовністю.

10-12 балів (добре): у тренінговому занятті є чіткі посилання на вирішення висунутої проблеми, тренінгове заняття має в основі декілька ключових вправ, які не повністю розкривають її тематику;

прослідковується певна логічна структура тренінгу; тренінгове заняття починається із вступу, надає інформацію в певному порядку і завершується викладенням важливих висновків; роботі бракує оригінальності та чіткості побудови заняття.

7-9 балів (задовільно): тренінгове заняття сфокусоване на темі, але поверхнево висвітлює її; вправи не зовсім відображають мету заняття, незадовільна його структура та логіка; важко вловити структуру подання інформації; тренінгове заняття не веде до засвоєння нових практичних умінь, та не дозволяє учасникам сформулювати власне ставлення до проблеми, вправи не всі правильно оформлені. Брак оригінальності роботи.

4-6 балів (незадовільно): завдання виконане частково; тренінгове заняття студента не містить відповідь на поставлене завдання, вправи є недоречними, логіка тренінгового заняття відсутня; побудова тренінгового заняття свідчить про наявність значних прогалин у знаннях студента, викладена з порушенням логіки подання матеріалу, опис вправ містить багато грубих помилок, або є плагіатом.

1-3 бали (незадовільно): завдання практично не виконано, тренінгове заняття не розкриває сутності питання, або допущені грубі змістовні помилки, які свідчать про відсутність знань у студента, або їх безсистемність та поверховість, невміння сформулювати думку та викласти її, незнання основних положень навчальної дисципліни; наявні значні фактичні помилки, незрозумілості та нерозуміння теми, тренінгове заняття не оформлене, не проведене, звіт зданий не вчасно чи відсутній.

0 балів – завдання відсутнє.

Критерії оцінки контрольної роботи:

10-9 балів «відмінно» - студент в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає під час відповідей на контрольні запитання, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань.

7-8 балів «добре» - студент достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час письмових відповідей на контрольні запитання, в основному розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки.

5-6 балів «задовільно» - студент загалом володіє навчальним матеріалом, викладає його основний зміст під час письмових відповідей на контрольні запитання, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки.

1-4 бали «незадовільно» - частково володіє навчальним матеріалом, не в змозі викласти зміст більшості питань теми під час письмових відповідей на контрольні запитання, допускаючи при цьому суттєві помилки.

0 балів - завдання відсутнє.

Критерії оцінки самостійної роботи:

	<p>Самостійна робота оцінюється за наслідками вибіркової перевірки рівня засвоєння всіх питань, винесених на самостійну роботу. За замостійну роботу студент може отримати до 5 балів.</p> <p>5 балів «відмінно» - робота студентом виконана в повному обсязі, якісно оформлена;</p> <p>4 бали «добре» - робота студентом виконана в повному обсязі, є незначні недоліки;</p> <p>3 бали «задовільно» - робота зроблена, але є суттєві помилки;</p> <p>1-2 бали «незадовільно» - робота тільки розпочата або виконана не правильно;</p> <p>0 балів –робота відсутня.</p>
<p>Семінарські заняття</p>	<p style="text-align: center;">Семінарське заняття 1.</p> <p>Зміст поняття здоров'я у психологічній науці; категоріальний апарат психології здоров'я. Етичні норми професійної діяльності психолога в закладах здоров'я. Міра впливу особистості психолога на результат.. Вимоги до кваліфікації психолога.</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 2</p> <p>Суть психологічного благополуччя, зміст і динаміка психологічного благополуччя на різновікових етапах розвитку людини</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 3</p> <p>Основні складові частини внутрішньої картини здоров'я (ВКЗ) та технології її оптимізації.</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 4</p> <p>Діагностика типів ставлення до хвороби Роль ВКХ у процесі виздоровлення соматичного хворого, технології оптимізації ВКХ. Особливості роботи з дітьми.</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 5</p> <p>Технології психологічного супроводу оптимізації психологічного благополуччя людини.</p> <p style="text-align: center;">Семінарське заняття 6</p> <p>Сугестивна терапія у відновленні емоційного стану людини. Музикотерапія, пісочна терапія, та інші технології у роботі з стресом</p>
<p>Орієнтовні запитання курсу</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Психологія здоров'я. 2. Основні фактори здоров'я. 3. Основні завдання психології здоров'я. 4. Об'єкт та предмет психології здоров'я. 5. Здоров'я на біологічному, психологічному соціальному, духовному психічному рівні. 6. Критерії здоров'я. Критерії фізичного, духовного, соціального здоров'я. 7. Межі між нормою і патологією 8. Самоактуалізована особистість та здоров'я

9. Якість життя людини.
10. Психогігієна, основні завдання психогігієни.
11. Саморегуляція, суб'єкт та об'єкт саморегуляції.
12. Психологічний захист, види психологічного захисту.
13. Предмет та поняття психології здоров'я
14. Місце психології здоров'я в системі психологічних знань.
15. Етичні норми професійної діяльності в закладах охорони здоров'я.
16. Мета і завдання фахівця-психолога в галузі здоров'я.
17. Основні уявлення про здорову особистість
18. Особливість співпраці лікаря і психолога у лікувальному закладі. Довіра до лікаря, довіра до процесу лікування.
19. Еталони здоров'я та здорової особистості
20. Принципи забезпечення психічного здоров'я особистості Основні уявлення про здорову Особливості здоров'я дорослих людей у різні періоди життя .
21. Поняття психологічного благополуччя особистості.
22. Технології психологічного супроводу оптимізації психологічного благополуччя людини.
23. Внутрішня картина здоров'я . Основні складові частини внутрішньої картини здоров'я та технології її оптимізації.
24. Внутрішня картина здоров'я . Діагностика ВКЗ.
25. Якість життя у людини у ситуації хвороби
26. Використання ВКЗ у побудові стратегії реабілітації соматично хворих.
27. Внутрішня картина хвороби. Діагностика ВКХ.
28. Роль ВКХ у процесі виздоровлення соматичного хворого, технології оптимізації ВКХ.
29. Здоров'я людини та позитивні/ негативні емоційні стани.
30. Сугестивна терапія у відновленні емоційного стану людини.
31. Поняття психологічного стресу та причини його виникнення.
32. Технології психологічного супроводу хворого перед оперативним втручанням.
33. . Супровід особистості у період усвідомлення вітальної загрози.
34. Страх втрати контролю, страх смерті. Загроза утрати і стрес родичів хворого.
35. Місце психолога у передопераційній підготовці хворого та сім'ї. Робота з утратою.
36. Організація реабілітації в закладах охорони здоров'я.
37. Основні професійні техніки у груповій роботі у закладах охорони здоров'я.

7. Політика курсу

Політика курсу «Психологія загального здоров'я та психологічного благополуччя» передбачає прездачу усіх невиконаних завдань внаслідок серйозних запізнь на заняття або пропущених пар без поважних причин. Студенти, які слухають дисципліну зобов'язані відпрацювати заняття/ невиконаний обсяг робіт (переписати контрольну роботу, написати реферат, виконати творчу роботу, виконати тестові завдання). У

випадку невиконання студентами вищезначених вимог, запозичених робіт, випадків плагіату, виявів академічної недоброчесності (списування) студент буде недопущений до здачі підсумкового контролю (у разі якщо він не відпрацює пропущені заняття і не виконає обов'язкову навчальну програму). Якщо студент не ліквідував заборгованість і не набрав мінімум 50 балів, він буде спрямований на повторне вивчення навчальної дисципліни.

8. Рекомендована література

Рекомендована література

- 1) Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана.– Луцьк: РВВ —Вежа| Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с.
- 2) Амосов М. М. Роздуми про здоров'я / М. М. Амосов. – К. : Здоров'я, 1990. – 258 с.
- 3) Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я: теорія і практика / І. Галецька, Т. Сосновський. – Л. : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2006. – 338 с.
- 4) Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини: [за ред. І. Я. Коцана]. – Луцьк : РВВ —Вежа| Волин. нац. ун-ту імені Лесі Українки, 2009. – 316 с.
- 5) Лісова О. С. Психологія здоров'я: [навчально-методичний посібник] / О. С. Лісова. – Чернівці : Рута, 2001. – 201 с.

Публікації автора

1. Мирослава Гасюк Практична діяльність психолога у перинатальних закладах. /Гасюк М.Б. // Матеріали науково-практичного семінару «Теоретичні засади практичної психології». Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т.Г Шевченка. Випуск 41. Серія: психологічні науки: Збірник наукових праць у 2-х т. – Чернігів: ЧДПУ, 2006. – Вип. 41. – Том 1 С. 53 – 56.
2. Гасюк М.Б. Вагітність як нормативна криза особистості жінки. /Гасюк М.Б. // Особистість у розбудові відкритого демократичного суспільства в Україні. Збірник матеріалів Другої міжнародної науково-практичної конференції. – Дрогобич: „Коло”, 2005. – С. 132 – 133.
3. М.Гасюк Врахування вікових особливостей породіль при наданні консультаційної допомоги психологом у пренатальному закладі. /Гасюк М.Б. // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми соціалізації особистості в сучасних умовах», Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми соціалізації особистості в сучасних умовах»,

2006. 0,7 друк. арк., листопад 2006 року, м. Чернігів

4. Гасюк М., Шевчук Г. Особливості обробки результатів проективної експресивної методики “Сімейна соціограма” у психологічних дослідженнях.// Актуальні проблеми практичної психології. Зб. Наукових праць. Частина 1. – Херсон, ПП Вишимирський В.С., 2009 р. С. – 102 – 106.
5. Гасюк М. Практична діяльність психолога у перинатальних закладах. Науковий часопис імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: зб. Наукових праць. – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2007. № 14 (38). – С. 114 – 118.
6. Гасюк М. Б. Ненормативна криза бездітності та особливості її подолання. / Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – Івано-Франківськ: видавництво “Плай” Прикарпатського університету, 2004. – Вип.17. – Ч.1. – С. 73 – 84.
7. Гасюк М. , Гринів О. Суб'єктивне сприйняття теперішнього, минулого та майбутнього у структурі психологічного благополуччя особистості / Мирослава Гасюк // Соціальна психологія: наук. журнал / голов. ред. Ю. Ж. Райгородський. – 2013. – № 55. – С. 10–16.
8. Гасюк М.Б. Гринів О До питання психотерапевтичної роботи з клієнтом із пси-хо-соматичною симптоматикою / Мирослава Гасюк, Оксана Гринів // Інститут психо-лог-гії імені Г. С. Костюка АПН України. Актуальні проблеми психології: Психоло-гія особистості. Психологічна допомога особистості. – 2011. – Т.11, №5 – С. 125-232.
9. Гасюк М. Психологічна допомога людям які переживають постравматичний стресовий розлад. / Гасюк М. Чайка Я. // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Київ,- 2014.- Том 11. Вип.13. 588 с. С.135-140.
10. Мирослава Гасюк Оцінка якості життя батьків дітей хворих на епілепсію. / Мирослава Гасюк, Марія Дзюбинська // Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О.Сухомлинського. Збірник наукових праць. Психологічні науки. №1(17) квітень 2017. Миколаїв, 2017.- С. 47-51.
11. Гасюк М. Б., Дзюбинська М. Я. Домінуючий психоемоційний стан матері дитини, хворої на епілепсію: емпіричне дослідження. Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць. Кам'янець-Подільський, 2017. С. 83 – 94.
12. Гасюк М., Шевчук Г. Авторське право на твір “Проективна експресивна методика “Як я уявляю собі мої пологи” (“Проективна методика “мої пологи”, “Психомалюнок “Мої пологи”) № 246611, зареєстроване 31.05.2008.
13. 29.Гасюк М.Б. Шевчук Г.С. Проективна методика та психомалюнок: теорія практика, експериментально-математична обробка Івано-франківськ: Місто НВ, 2010. –184 ст
14. Гасюк М.Б. Значення навчання та психологічного супроводу хворих на ІХС на етапах реабілітації та відновного лікування. /Нестерак Р.В., Гасюк М.Б.// International research and practice conference. Innovative technology in medicine: experience of Poland and Ukraine/ April 28-29, 2017, Lublin, 2017 С.190-192
15. Мирослава Гасюк. Етапи психологічного супроводу хворого у кардіологічному відділенні/ Мирослава Гасюк/ International Research and Practice Conference “Modern Methods, Innovations and Operational Experience in the Field of Psychology and Pedagogist”. Lublin, Republic of Poland, October 20-21, 2017. P 215-219.
16. Вакалюк І.П. Нестерак Р В., Гасюк М.Б. Навчально-просвітницька робота для хворих у школах клубів. Конгрес медичної та психологічної реабілітації М.Київ 30-31 жовтня 1917. (виступ)
17. Гасюк М.Б. Дзюбинська М.Я Домінуючий психоемоційний стан матері дитини, хворої на епілепсію / Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць кам'янець подільського національного університету ім. І.Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Кам'янець подільський. Вип. 38 2017 С 83 – 94.
18. Nesterak R.V., Gasyuk M.B. Pilot investigation of the method of interactive training of patients at the stage of medical rehabilitation and

treatment Deutscher Wissenschaftsherald • German Science Herald, N 4/2017 P.38 - 41. DOI:10.19221/2017412

19. Гасюк М.Б. Нестерак Р В. Внутрішня картина здоров'я хворих, що перенесли ішемічну хворобу серця та інфаркт міокарда: емпіричне дослідження / Гасюк М.Б. Нестерак Р В// Науковий вісник Херсонського державного університету Серія психологічні науки Вип.2/2018 С.149-155.
20. Гасюк М.Б., Щурик І.М. Особливості психологічної корекції внутрішньої картини здоров'я підлітків із набутими вадами опорно-рухового апарату Науковий вісник Херсонського державного університету Серія психологічні науки Вип.5/2018 С.260-265.
21. Нестерак Р В., Гасюк М.Б., Вакалюк І.П. Авторське право на твір «Програма психологічної реабілітації кардіологічних хворих шляхом оптимізації внутрішньої картини здоров'я» № 75681, зареєстроване 29.12 2017

Додаткова література

1. Васьківська С. В. Побудова консультативного діалогу з людиною обтяженою психосоматичними проблемами / С. В. Васьківська // Психологічні стратегії в освітньому просторі : Зб. наук. праць (Психол. науки). – Вип.1. – К. : КМІУВ ім. Б.Грінченка, 2000. – С. 25 – 31.
2. Вітенко І.С. Зміни психіки при соматичних розладах – актуальна проблема медичної психології / І.С. Вітенко // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 4. – С. 31 – 32.
3. Корнієнко О. В. Підтримання психосоматичного здоров'я практично здорових людей: [навч. посіб.] / О. В. Корнієнко. – К. : Вид. центр —Київський університет, 2000. – 126 с.
4. Курило І. Проблема здоров'я нації в сучасній Україні / І. Курило // Журнал практичного лікаря. – 2002. – № 5. – С. 2 – 9.
5. Лісова О. С., Ситник С.І. Проективний метод психодіагностики —внутрішньої картини здоров'я // О. С. Лісова, С.І. Ситник // Соціальна робота в Україні: теорія і практика: [посіб. для підвищення кваліфікації психологів центрів соціальних служб для молоді] / За ред. А. Я. Ходорчук. – К., Ч. 5. – 2003.– С. 137 – 141

Викладач – Гасюк Мирослава Богданівна