

Опис навчальної дисципліни вільного вибору

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 3 «Психологічні техніки емоційної стабільності»
Рівень ВО	перший (бакалаврський) рівень
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	053 Психологія Психологія.
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	ДФН 3 курс, 5 семестр, 18 тижнів ЗФН 3 курс, 5 семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	ДФН 7 кредитів 210 годин (ауд. – 72: лекц.-24; пр..-24; лаб. – 24) ЗФН 7 кредитів 210 годин (ауд. – 34: лекц.-14; пр..-10; лаб. – 10)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Педагогічної та вікової психології
Автор дисципліни	Кандидат психологічних наук; доцент Розмирська Юлія Анатоліївна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Базові знання основ функціонування психіки людини, психології особистості, психофізіології, понять норми і девіації. Поняння про форми та методи психологічної підтримки особистості. Готовність вивчати та працювати з емоційно нестабільними станами у людей.
Що буде вивчатися	Діагностика та процедури стабілізації емоційних станів в тому числі гострих стресів, посттравматичних стресів, інтенсивних психологічних стресів у групових та індивідуальних форматах.
Чому це цікаво/треба вивчати	В умовах воєнного по поствоєнного часу, реакції людей на важкі, травмуючі події часто проявляються у вигляді гострої стресової реакції та/або посттравматичної стресової реакції. Фахівцю психологу важливо дуже добре розуміти фізіологічну основу емоцій, стресу, їх властивості, функції, етапи розвитку, способи діагностики та корекції.

	<p>При діагностиці стресових реакцій важливо користуватися надійним, валідними інструментарієм, який має міжнародне визнання та практично використовується в країнах, де проходили військові дії та/або стихійні лиха.</p> <p>Психокорекція, терапія емоційних та стресових станів також вимагає знань спеціаліста про основи роботи з нормою та девіацією (зокрема терапевтична робота з людьми з особливими освітніми потребами)</p>
<p>Чому можна навчитися (результати навчання)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - розуміння своїх та чужих психоемоційних реакцій та проявів; - розуміння психофізіологічних особливостей стресу; - психодіагностика стресових розладів; - надання першої психологічної допомоги; - вміння використовувати процедури стабілізації при гострому стресі (ASSYST); - вміння використовувати основи когнітивно-поведінкової травма-терапії; - вміння провести терапевтичні процедури впродовж перших годин (критична турбота), днів (миттєва реакція) або в перші три місяці (рання інтервенція) після травматичного досвіду.
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Даний курс формує у здобувача освіти здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях та розуміння предметної області професійної діяльності; здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків; здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій; здатність організувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).</p> <p>Отримані знання та навички можна застосовувати як в терапевтичному плані (з людьми, які отримали травматичний досвід, внутрішньо переміщеними людьми), так і в профілактичних заняттях з різними категоріями населення. Техніки подолання стресу здобувач освіти зможе використовувати як в груповому тренінговому форматі, так і в формі індивідуальних консультацій.</p>
<p>Інформаційне забезпечення та/або web-покликання</p>	<p>1. Вічалковська, Н. К. Експресивна Арт-терапія як засіб впливу на дітей з проблемами аутизму. <i>Психолого-педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому середовищі</i>: збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної</p>

	<p>конференції (17-18 травня 2017 р., Мукачево). Мукачево. 2017. С. 206-208.</p> <p>2. Прохоренко, Л. І. Психологічний супровід дітей з особливими потребами та їхніх родин в умовах кризових викликів. <i>Вісник Національної академії педагогічних наук України</i>, 2021. 3(1). С. 1-6.</p> <p>3. Trauma-Focused Cognitive Behavioural Therapy for Children and Parents Judith A. Cohen & Anthony P. Mannarino URL: https://tfcbt.org/wp-content/uploads/2014/07/camh_502.pdf (дата звернення 02.03.23)</p> <p>4. Trauma-focused counselling and social effectiveness skills training interventions on impaired psychological functioning of internally displaced adolescents in Nigeria Kehinde Clement Lawrence, Ajibola Omolola Falaye URL: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/casp.2477 (дата звернення 02.03.23)</p>