

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Факультет психології та соціальної роботи
Кафедра соціальної психології

Силабус курсу

ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Обсяг	3 кредити (90)
Семестр, рік навчання	2 семестр 1 рік навчання
Дні, час, місце	Платформа zoom
Викладач (-і)	Курова Анастасія
Контактний телефон	
E-mail	a.kurova@onu.edu.ua
Робоче місце	кафедра соціальної психології
Консультації	Онлайн-консультації. Платформа zoom
Комунікація	Здійснюється через очні зустрічі, Google Classroom, зустрічі он-лайн через Zoom, месенджери та електронну пошту

АНОТАЦІЯ КУРСУ

Предмет вивчення дисципліни	Навчальна дисципліна «Психологія здоров'я в умовах невизначеності» вивчає теоретичні концепції, формує цілісне уявлення про складові та детермінанти психологічного здоров'я в умовах невизначеності, освітлює сучасні технології його підтримки.
Місце дисципліни в освітній програмі:	Дисципліна відноситься до вибіркового курсів. Пререквізити: Історія, концепції та сучасні досягнення психологічної науки.
Мета курсу.	Мета дисципліни «Психологія здоров'я в умовах невизначеності» полягає у засвоєнні здобувачами теоретичних концепцій, формування цілісного уявлення про психологічне здоров'я особистості в умовах невизначеності, а також набуття вмінь та навичок збереження та підтримки власного психологічного здоров'я в умовах невизначеності.
Завдання дисципліни:	<ul style="list-style-type: none">- оволодіння здобувачами фундаментальними поняттями і принципами психології здоров'я в умовах невизначеності;- вивчення особливостей сучасних концепцій та наукових поглядів щодо психологічного здоров'я особистості;- формування цілісного уявлення про психологічне здоров'я особистості та його детермінанти в умовах невизначеності;- володіння сучасними технологіями збереження та підтримки психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

Компетентності	<p>ІК. Здатність продукувати нові ідеї, розв'язувати значущі комплексні проблеми професійної та/або дослідницько-інноваційної діяльності у сфері психології, застосовувати методологію наукової та педагогічної діяльності, а також проводити власне наукове дослідження, результати якого мають наукову новизну, теоретичне та практичне значення.</p> <p>СК1. Здатність виокремлювати, систематизувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження.</p> <p>СК5. Здатність оцінювати рівень власної фахової компетентності, саморозвиватися і самовдосконалюватися протягом життя, підвищувати професійну кваліфікацію, бути професійно мобільним.</p> <p>СК7. Уміння толерувати невизначеність і доводити унікальність власного наукового пошуку в умовах інформаційного / цифрового суспільства.</p>
Очікувані результати	<p>РН5. Застосовувати сучасні інструменти і технології пошуку, оброблення та аналізу інформації, статистичні методи аналізу даних, спеціалізовані бази даних та інформаційні системи, розробляти інноваційні дослідницькі методики у сфері психології, перевіряти їх ефективність.</p> <p>РН7. Розробляти та реалізовувати наукові та/або інноваційні проекти у сфері психології, які дають можливість переосмислити наявне та створити нове цілісне знання та/або професійну практику і розв'язувати значущі наукові та прикладні проблеми психології з урахуванням соціальних, економічних, етичних і правових аспектів.</p>

ОПИС КУРСУ

Форми і методи навчання	<p>Курс буде викладений у формі лекцій (_12_ год.) та практичних (_12_ год.) занять, організації самостійної роботи здобувачів (_66_ год.).</p> <p>Викладання та вивчення навчальної дисципліни здійснюється наступними методами:</p> <p>У процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються наступні методи навчання:</p> <ul style="list-style-type: none"> – словесні методи: лекція, пояснення, бесіда, обговорення, дискусія; – наочні методи: презентація, ілюстрація, демонстрація; – методи формування практичних умінь і особистісних якостей: виконання практичних завдань, вправи, підготовка презентацій і здійснення виступів перед аудиторією. <p>Самостійна робота включає роботу з текстовим</p>
--------------------------------	---

	<p>матеріалом, проходження онлайн курсів/тренінгів та виконання індивідуальних завдань: есе, реферату та підготовку доповідей і презентацій.</p> <p>Є можливість зарахування результатів неформальної освіти (варіанти та форми отриманні неформальної освіти прописано в робочій програмі).</p>
<p>Зміст навчальної дисципліни</p>	<p>Тема 1. Невизначеність як соціально-психологічна категорія сучасності.</p> <p>Тема 2. Психологічне здоров'я як предмет психологічного аналізу.</p> <p>Тема 3. Основні предиктори психологічного здоров'я особистості в умовах невизначеності.</p> <p>Тема 4. Методи дослідження психологічного здоров'я в умовах невизначеності.</p> <p>Тема 5. Технології збереження психологічного здоров'я в умовах невизначеності.</p>
<p>Перелік рекомендованої літератури</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Карамушка Л.М. Психолого-організаційні детермінанти забезпечення психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій в умовах соціальної напруженості: монографія / Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко [та ін.]; за ред. Л. М. Карамушки. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 278 с. 2. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с. 3. Курова А.В. Психологічне здоров'я молоді в умовах невизначеності: соціально-психологічний вимір: монографія. К.: видавець Бихун В.Ю., 2023. 344 с. 4. Кононенко О.І., Кононенко А.О., Крошка К.І., Базика Є.Л. Життєстійкість та ціннісні орієнтації особистості як психологічні ресурси її психологічного здоров'я. Наукові перспективи: журнал. 2023. № 9(39) 2023. С.665 (С. 565-575). 5. Курова А.В. Невизначеність як соціально-психологічна проблема особистості. Габітус: «Гельветика». Випуск 32. 2021. С. 198-202. 6. Курова А.В. Ситуація невизначеності у парадигмі сучасних викликів суспільства. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. Вип. 4. 2021. С. 51-56. 7. Курова А.В. Психологічні особливості емоційності, агресивності та суб'єктивного контролю молоді в умовах невизначеності. <i>Проблеми сучасної психології</i>. Вип. 1 (24). 2022. С. 53-61. 8. Курова А.В. Технології збереження емоційної стійкості в структурі психологічного здоров'я. <i>Вчені записки Таврійського національного університету</i>

імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 2. 2022. С. 87-91.

9. Курова А.В. Толерантність до невизначеності як предмет дослідження в сучасній психологічній науці. *Перспективи та інновації науки (Серія «Психологія»)*. Вип. 9(55) 2025. С. 1344-1356.
10. Тимофієва М.Ф., Двіжона О.В. Психологія здоров'я : навч. посіб. Чернівці : Книги - ХХІ, 2019. 295 с.
11. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 160 с.
12. Толкунова І.В., Гринь О.Р., Смоляр І.І., Голець О.В. Психологія здоров'я людини/за ред. І.В.Толкунової. К. 2019. 156 с.
13. Савчин, М. В. Здоров'я людини: духовний, особистісний і тілесний виміри: монографія. Дрогобич: ПП «ПОСВІТ», 2019. 232 с.
14. Kurova A. & all. Organizational and Economic Aspects of Improving the Process of Managing the Educational Activities of a Higher Education Institution in the Conditions of the Socio-Economic Development of the Country. *Review of Economics and Finance*, 2023, 21(1). Pp. 642–646. (Scopus).
15. Oksana Kononenko, Ihor Popovych, Anatoliy Kononenko, Viktoriia Stynska, Oleksandra Kachmar, Liubov Prokopiv, Halyna Katolyk. Research of the factor structure of the model of world view settings at a young age. *Revista Inclusiones*. Volumen 7. Número 3. Julio/Septiembre 2020. Pp. 98-116 (Web of Science).

Електронні інформаційні ресурси

1. Наукова бібліотека Одеського національного університету імені І.І. Мечникова <http://lib.onu.edu.ua/>
2. Науковий журнал «Психологія та соціальна робота» <http://lib.onu.edu.ua/psychologyua>
3. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського <http://nbuv.gov.ua>
4. Національна психологічна асоціація <https://www.npa-ua.org/>
5. Українська психологічна асоціація <https://www.upa.guru>
6. World Health Organization <https://www.who.int/home>
7. American Psychological Association (APA) <https://www.apa.org/>

ОЦІНЮВАННЯ

Поточний контроль здійснюється наступними методами:

- програмний матеріал, який викладається на лекціях;
- питання і проблеми, що розглядаються та обговорюються на практичних заняттях;
- програмний матеріал для самостійного вивчення, який передбачений робочою програмою та включає: реферати, презентації, практичні завдання.

Підсумковий контроль здійснюється у формі заліку, що отримується за результатами всіх видів поточного контролю.

Форма підсумкового контролю – залік. Залік виставляється за результатами роботи здобувача впродовж усього семестру. Підсумкова оцінка визначається як проста сума балів за результатами поточного контролю за 100-бальною шкалою.

Оцінювання знань (розподіл балів) здобувачів

Метод	Форма	Бали	максимум
Усний контроль	Опитування	2 бали	20
Практичний контроль	Виконання практичних завдань	5 балів	50
Самостійна робота	Презентація Реферат Есе	10 балів	30
Підсумковий контроль (залік) Разом за дисципліну			100

Самостійна робота здобувачів.

форми	методи контролю	строки здачі завдань
Підготовка презентації та доповіді	<u>Презентація,</u> <u>доповідь</u>	<u>Тему та строк виконання здобувач обговорює з викладачем.</u>
Складання реферату	<u>реферат</u>	
Підготовка есе	<u>есе</u>	

Критерії оцінювання самостійної роботи

Вид	Максим к-сть балів	Критерії оцінювання навчальних досягнень
Доповідь	10	відповідність змісту доповіді здобувача та/або оригінальність представлення відповідному навчальному матеріалу.
Презентація	10	відповідність змісту презентації здобувача та/або оригінальність візуального представлення відповідному навчальному матеріалу.
Реферат	10	здатність здійснювати узагальнення на основі опрацювання теоретичного матеріалу та відсутність помилок при оформленні цитування й посилань на джерела.

Есе	10	здатність продемонструвати розвиток власної думки, зосереджений на обговорюваній проблемі висловлювання; продемонструвати дотримання лексичних, фразеологічних, граматичних і стилістичних норм української літературної мови.
-----	----	--

ПОЛІТИКА КУРСУ

<i>Політика щодо дедлайнів та перескладання</i>	Роботи, виконання і здача яких здійснюється з порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (-20 балів). Перескладання заліку можливе із дозволу деканату за наявності поважних причин або за письмовою заявою (апеляцією) здобувача до декана
<i>Політика щодо академічної доброчесності:</i>	Здобувачі повинні дотримуватися принципів академічної доброчесності, усвідомлюючи наслідки її порушення, що визначається Кодекс академічної доброчесності учасників освітнього процесу Одеського національного університету імені І.І.Мечникова http://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/documents/acad-dobrochesnost.pdf . У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач залишає за собою право змінити тему завдання.
<i>Політика щодо відвідування та запізень:</i>	Роботи, виконання і здача яких здійснюється з порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (-20 балів). Перескладання заліку можливе із дозволу деканату за наявності поважних причин або за письмовою заявою (апеляцією) здобувача до декана
<i>Мобільні пристрої</i>	Дозволяється використання мобільних пристроїв на практичних заняттях за необхідності групової роботи у спеціальних Додатках.
<i>Поведінка в аудиторії:</i>	Всі здобувачі беруть активну участь у заняттях: опитуваннях, дискусіях, під час практичних занять. Виконують всі навчальні завдання вчасно, відповідно до робочої навчальної програми. Всі здобувачі повинні дотримуватимуться правил поведінки в аудиторії на засадах партнерських стосунків, взаємоповаги, взаємопідтримки та взаємодопомоги.