

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій
Кафедра психології, політології, соціокультурних технологій

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Практикум з психології

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень
Спеціальність	053 Психологія
Освітня програма	Психологія

Затверджено рішенням Ради з якості факультету
іноземної філології та соціальних комунікацій

Протокол від 27 серпня 2019 р. № 1
Голова Ради з якості факультету
іноземної філології та соціальних комунікацій

_____ Баранова С.В.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Суми 2019 р.

ДАНІ ПРО РЕЦЕНЗУВАННЯ ТА ПОГОДЖЕННЯ
РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Розробники:

Теслик Н.М., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології, політології, соціокультурних технологій;
Коляда Н.В., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології, політології, соціокультурних технологій;
Сахно П.І., старший викладач кафедри психології, політології, соціокультурних технологій;
Удунова Г.Є., кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, політології, соціокультурних технологій;
Колісник Л. О., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології, політології, соціокультурних технологій

Рецензування робочої програми навчальної дисципліни	протокол № 4 від 21 травня 2019 р. Прізвище, ініціали, посада рецензента та/або дата і номер протоколу засідання експертної ради роботодавців		
Розглянуто та схвалено на засіданні робочої проектної групи (РПГ) освітньої програми «Психологія» (назва освітньої програми)	протокол від 6 червня 2019 р. № 12		
	Керівник РПГ (гарант освітньої програми)	<hr style="width: 100px; margin: 0 auto;"/>	Іванова Т. В. (прізвище, ініціали)
		(підпис)	
Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології, політології, соціокультурних технологій (назва кафедри)	протокол від 2 вересня 2019 р. № 2		
	Завідувач кафедри	<hr style="width: 100px; margin: 0 auto;"/>	Світайло Н.Д. (прізвище, ініціали)
		(підпис)	

Дані про перегляд робочої програми навчальної дисципліни:

Навчальний рік, в якому вносяться зміни	Номер додатку до робочої програми з описом змін	Зміни розглянуто і схвалено			
		Дата та номер протоколу засідання РПГ	Підпис керівника РПГ (гаранта освітньої програми)	Дата та номер протоколу засідання кафедри	Завідувач кафедри

І СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Загальна інформація про навчальну дисципліну	
Повна назва навчальної дисципліни	Практикум з психології
Повна офіційна назва закладу вищої освіти	Сумський державний університет
Повна назва структурного підрозділу	Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій. Кафедра психології, політології, соціокультурних технологій.
Розробник(и)	Теслик Н.М., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри ППСТ; Коляда Н.В., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри ППСТ; Сахно П.І., старший викладач кафедри ППСТ; Улунова Г.Є., кандидат психологічних наук, доцент кафедри ППСТ; Колісник Л. О., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри ППСТ.
Рівень вищої освіти	Перший рівень вищої освіти, НРК України – 6 рівень; QF-LLL – 6 рівень; FQ-EHEA – перший цикл.
Семестр вивчення навчальної дисципліни	32 тижні протягом 2-го, 3-го, 4-го, 5-го, 6-го семестрів
Обсяг навчальної дисципліни	Обсяг дисципліни становить 15 кредитів ЄКТС, 600 годин, з яких 256 годин становить контактна робота з викладачем (32 годин лекцій, 224 годин практична робота). 344 години становить самостійна робота студента
Технологія навчання	Навчальна дисципліна реалізується в очній та заочній формах навчання
Мова(и) викладання	Українська мова
2. Місце навчальної дисципліни в освітній програмі	
Статус дисципліни	Обов'язковий компонент освітньої програми циклу загальної підготовки
Передумови для вивчення дисципліни	Необхідні знання з шкільного курсу біології
Додаткові умови	«Вступ до спеціальності»
Обмеження	Обмеження відсутні
3. Мета навчальної дисципліни	

Мета викладання курсу «Практикум з психології» полягає у підготовці студентів-психологів до практичної діяльності, формуванні у студентів умінь і навичок вирішення практичних задач у різних сферах життєдіяльності людей: виробництво, освіта, охорона здоров'я, правова сфера, психологічний супровід професійної діяльності тощо.

4. Зміст навчальної дисципліни

Розділ 1 (2 семестр). Особливості дослідження когнітивних пізнавальних процесів

Тема 1. Наукові засади роботи практичного психолога.

Науковий метод пізнання. Методологія дослідження та її рівні. Загальна методика психологічного дослідження та її етапи. Методи психології у вузькому сенсі. Класифікація методів психології. Теоретичні методи. Емпіричні методи. Спостереження. Експеримент. Бесіда. Опитування. Тестування. Аналітичні методи. Методи організації психологічного дослідження.

Організаційні засади діяльності практичного психолога. Документація в діяльності практичного психолога. Вимоги до звітності практичного психолога. Елементи звіту психологічного дослідження. Відповідальність практичного психолога.

Навчально-методична організація діяльності практичного психолога. Основи наукових досліджень у діяльності практичного психолога. Практична значущість діяльності практичного психолога.

Тема 2. Психічні когнітивні процеси. Вивчення особливостей сприймання та можливості його розвитку.

Відчуття та сприймання як психічні процеси. Теорії сприйняття. Сприймання як процес прийняття рішень. Етапи категоризації перцептивного образу. Моделі вибіркової уваги. Увага, свідомість і підпорогове сприймання. Експериментальна парадигма для тестування підпорогового сприймання.

Принцип константності сприйняття. Розпізнавання зорових паттернів. Сприймання глибини і віддаленості предметів. Сприймання рухів. Сприймання форми. Принцип обробки інформації «знизу вгору» і «згори вниз». Порівняння з еталоном. Метод попередньої підготовки. Подетальний аналіз. Рухи очей і сприйняття паттерна. Прототипне порівняння. Абстрагування зорової інформації. Сприймання форми: інтегрований підхід.

Засоби психологічного впливу на процеси відчуття та сприймання. Вікові особливості розвитку та проявів відчуття та сприймання.

Тема 3. Вивчення особливостей уваги. Розвиток уваги.

Визначення поняття «увага». Форми уваги. Основні теорії уваги: теорія фільтра, «прожектор уваги», увага як синтез і передзахоплення. Довільна і мимовільна увага. Загашення уваги. Принцип доміанти і установки. Вибірковість уваги. Моделі вибіркової уваги. Базові види уваги. Увага і людський мозок.

Психічні засоби впливу на розвиток уваги індивіда та уважності особистості.

Тема 4. Діагностика рівня розвитку різних видів пам'яті; тренування пам'яті.

Пам'ять як когнітивний процес. Види та процеси пам'яті. Сенсорний реєстр (ультра короткотривала пам'ять). Короткотривале сховище інформації. Довготривале сховище інформації. Кодування та декодування. Процедурна, семантична, історична та епізодична пам'ять. Рефлекторне запам'ятовування інформації.

Мнемоніка як сукупність прийомів, що полегшують зберігання, кодування і відтворення інформації з пам'яті. Принцип активного запам'ятовування. Принцип зворотного зв'язку і пам'ять. Циклічне запам'ятовування.

Тема 5. Вивчення особливостей мислення у психології здоров'я.

Мисленнєвий процес у структурі психічних явищ. Типи мислення індивіда. Теорії розвитку мислення. Формування понять. Перевірка гіпотез. Прийняття рішень. Умовивід,

дедуктивне та індуктивне мислення.

Проблематика когнітивних стилів. Модель первісного (міфологічного) мислення у структурній антропології. Міф як повідомлення. Операції міфологічного мислення. Теорія поетапного формування розумових дій. Трансформаційна граматики.

Мислення та інтелект як система. Тренування мислення індивіда.

Тема 6. Вивчення когнітивних процесів людини у патопсихології.

Патопсихологічний розвиток у когнітивній сфері. Специфіка дослідження у галузі психопатології когнітивної сфери. Відмінності психологічної та психіатричної діагностики у сфері когнітивних процесів людини.

Співставлення діагностичних методів дослідження когнітивних процесів у психології здоров'я та патопсихології.

Розділ 2 (3 семестр). Особливості дослідження особистості та інтелекту

Тема 1. Інтелект у структурі особистості. Здібності та креативність..

Здібності та інтелект в якості істотних властивостей людини. Визначення здібностей, які є умовою успішного здійснення діяльності. Загальні та спеціальні здібності. Загальні та часткові властивості здібностей. Діагностика здібностей. Спостереження, експеримент, аналіз продуктів діяльності тощо. Інтелект. Структура інтелекту. Теорія інтелектуального порогу. Діагностика інтелекту. Креативність. Основні точки зору на співвідношення інтелекту і креативності.

Методики вивчення здібностей та інтелекту («Виявлення та оцінка комунікативних та організаторських схильностей (КОС-1)», «Таблиці Равена (шкала прогресивних матриць)», «Методика визначення загальних розумових здібностей (за Р. Вандерлік)», «Методика вивчення рівня невербальної креативності (за П. Торренсом)», «Тест інтелекту Р. Кеттелла», «Тест Креативність»», «Опитувальник особистісної схильності до творчості за Г. Девісом (у редакції Б. Пашнева)», «Модифікований тест Гілфорда на вивчення творчого мислення», «Тест Ейзенхауера», «Тест Е. Торенса», «ШТУР».).

Тема 2. Вивчення особливостей темпераменту та характеру

Особливості вивчення темпераменту. Характерні риси темпераменту. Взаємозв'язок темпераменту з типами вищої нервової діяльності. Основні властивості нервової системи. Характеристики типів темпераменту. Компоненти темпераменту. Темперамент і характер. Темперамент і здібності. Темперамент і спрямованість особистості. Темперамент і особистість.

Методики вивчення особливостей темпераменту та характеру («Тест Я. Стреляу», «Опитувальник структури темпераменту В. Русалова», «Визначення типу темпераменту за методикою Г. Айзенка», «Анкета вивчення комунікативності», «Методика дослідження характеру особистості», «Самооцінка характеру методом оціночних шкал», «Методика визначення самооцінки», «Визначення характеру за К.Юнгом», «Методика «Дім-Дерево-Людина» (американський психолог Дж. Бак), «Неіснуюча тварина», «Характерологічний опитувальник Леонгарда», «Опитувальник Шмішека», «Діагностика показників і форм агресії – методика А.Басса і А.Дарки», «Методика діагностики агресивності А.Ассингера», «Опитувальник Сандри Бем по вивченню фемінності-маскулінності», «Дослідження схильності до ризику як А. Шмельова», «Дослідження вольової саморегуляції (тест-опитувальник А.В.Зверкова й Є.В.Ейдмана)», «Індекс життєвого стилю Г. Келермана, Р. Плутчика, Г. Конте», «Тест руки (Hand-test)»).

Тема 3. Впевненість у собі та її розвиток (самооцінка).

Психологічні засоби розвитку впевненості у собі.

Психодіагностичні методики: «Самооцінка Н.М. Пейсахова», Методика самооцінки Б.Г. Сосновського, «Рівень домагань».

Тема 4. Дослідження психічних станів і їхня регуляція. Емоційний інтелект.

Визначення поняття «Психічний стан». Характеристика психічних процесів і психічних властивостей.

Класифікація психічних станів.

Стрес. Стадії стресу. Короточасні і тривалі екстремальні стани.

Особливості дослідження емоційного інтелекту.

Психодіагностичні методики: «САН», «Тест Люшера», «Диференційна діагностика депресивних станів В.А. Жмурова», «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера», «Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге», «Торонтська алекситимічна шкала», «Методика визначення рівня емоційного вигорання», «Експрес-діагностика схильності до невмотивованої тривожності (В.В. Бойко)», «Методика схильності до стресу й соціальної адаптації Холмса й Раге», «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості Вассермана в модифікації В. Бойко», «Методика діагностики психічних станів за Айзенком», «Методика діагностики нервово-психічної стійкості».

Вправи емоційної саморегуляції: «Донорське серце», «Покупець у магазині», «Пасажир авіарейсу», «Колаж емоцій», «Емоції оточуючих», «Сліпий і поводитир», «Компліменти», «Країна-Карамбія», «Розпізнання емоцій», «Карусель», «Портрет емоцій», «Емоція на спині», «Передай емоцію або зіпсований телефон. Жести», «Передай емоцію або зіпсований телефон. Масаж», «Причини моїх емоцій», «Щоденник моїх емоцій», «Сірники та емоції», «Малюнок по колу», «Мій настрій», «Асоціації», «Я і мої емоції», «Незакінчені речення», «Естафета почуттів», «Колір емоції», «Маркер», «Емоційний малюнок», «Інтонації».

Тема 5. Дослідження мотиваційної сфери і спрямованості особистості.

Основні проблеми психодіагностики мотивації.

Поведінкові індикатори мотивації.

Особливості переробки потреб в цілі, плани і дії (по Ж. Нюттену).

Форми внутрішньої мотивації і їх прояви (по А.В. Карпову).

Методики вивчення мотиваційної сфери і спрямованості особистості: Методика «Незакінчені речення» (Сакса і Сіднея), «Диференційовано-діагностичний опитувальник інтересів – ДДО (за Є. Клімовим), «Карта інтересів», Тест «Структура інтересів і схильностей» (СІС), «Методика вивчення спрямованості особистості «Орієнтовна анкета» (В. Смекала, М. Кучера), Методика «Самооцінка індивідуальних особливостей» – СІО (Л. Кабардова), Методика Л. Йовайши.

Розділ 3 (4 семестр). Соціальна сфера: стосунки, особливості спілкування, поведінка у групі

Тема 1. Особливості міжособистісних і міжгрупових відносин.

Соціальна сфера: стосунки, особливості спілкування, поведінка у групі. Поняття про комунікативність. Особливості групової згуртованості.

Психодіагностичні методики: «Домінуючі стратегії психологічних захистів у спілкуванні» В.В.Бойко», «Рівень комунікативності В.Ф.Ряховського», «Опитувальник аффіліації», «Методика типового реагування на конфліктні ситуації К.Томаса».

Статус особистості в колективі. Особливості міжособистісних відносин.

Психодіагностичні методики: «Визначення статусу особистості в колективі «Соціометрія», «Вивчення фрустраційних реакцій С.Розенцвейга», «Методика діагностики міжособистісних стосунків Т.Лірі», «Дослідження міжособистісних стосунків за методикою», «Q-сортування В.Стефансона», «Діагностика рівня емпатійних здібностей В.В.Бойко», «Визначення індексу групової згуртованості Сішора», «ТАТ», «Потреба у спілкуванні Ю.М. Орлова», «Тест А. Ассінгера (Оцінка агресивності у стосунках)», «Визначення тенденції поведінки людини в групі Горфінкель З.Н., Калейников І.К.»

Складання звіту за пройденими методиками, висновки, рекомендації.

Особливості міжгрупових відносин. Види груп. Поняття про лідство.

Вправи: «Стати в коло», «Числа», «Мое звернення», «Партнер», «Виміряй один одного», «Питання – відповідь», «Пишуча машинка», «Великий годинник», «Мені здається...», «Берег моря», «Конролер», «Проблема».

Психодіагностичні методики: «Орієнтація керівника на завдання і на людей».

«Методика визначення згуртованості групи (прислів'я та приказки)», Тест «Психологічна сумісність», «Оцінка психологічного клімату в колективі», Опитувальник суб'єктивного ставлення школяра до діяльності, самого себе та оточуючих ССДСО О.Афанасьєв.

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації.

Тема 2. Психологія сім'ї.

Особливості роботи практичного психолога із сім'єю.

Психодіагностичні методики: «Кінетичний Малюнок сім'ї», «Методика Рене Жиля», «Діагностика батьківського ставлення до дитини А.Я.Варга, В.В. Століна».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

Тема 3. Професійна психодіагностика

Психологічні методи у працевлаштуванні. Вправи: «Інтерв'ю у працевлаштуванні».

Психодіагностичні методики: «Багатофакторне дослідження особистості Р.Кеттелла», «ММРІ», «Теппінг-тест», «Диференційно-діагностичний опитувальник Е.А.Клімова», «Карта інтересів», «КОС», «Вектор Вашої активності», «Діагностика особистості щодо мотивації до успіху/уникнення невдач Т.Елерса», «Ціннісні орієнтації М.Рокича».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

«Визначення стилю керівництва трудовим колективом В.П.Захарова, А.Л.Журавльова», «ЦОЕ», «Ділові ситуації Н.Г.Хитрової», «Аналіз структури та якості робочих стосунків в організації/колективі», «Експертна оцінка психологічних характеристик особистості керівника», «Тест Белбіна».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

Тема 4. Патопсихологія

Психодіагностичні методики: «Методика вивчення типу особистості та можливих розладів цього типу Д.Олдхема і Л.Морріса», «ММРІ», «Тест Роршарха».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

Розділ 4 (5 семестр). Емпіричне дослідження особливостей переживання людиною кризових ситуацій

Тема 1. Особливості проведення клінічного інтерв'ю

Клінічна бесіда (інтерв'ю) як один з основних методів, що застосовує в повсякденній практиці клінічний психолог. Відмінності клінічного інтерв'ю від звичайного. Діагностична та терапевтична функції в клінічній психології. Анамнез життя та хвороби пацієнта. Суб'єктивний анамнез та об'єктивний анамнез. Оцінка індивідуально-психологічних особливостей клієнта або пацієнта, їх ранжування за якістю, силою і складністю, віднесення до психологічних феноменів або до психопатологічних симптомів.

Принципи клінічного інтерв'ю є: однозначність; точність і доступність формулювань-запитань; адекватність; послідовність (алгоритмізованість); гнучкість; можливість перевірки інформації, що надається.

Етичні положення Американської психологічної асоціації, що стосуються

консультування і інтерв'ювання:

Методологічні підходи до проведення інтерв'ю. Модель (структура) клінічного інтерв'ю: I етап: встановлення "довірливої дистанції"; II етап: виявлення скарг (пасивне і активне інтерв'ю), оцінка внутрішньої картини; III етап: оцінка бажаного результату інтерв'ю і терапії; IV етап: оцінка антиципаційних здібностей пацієнта; обговорення вірогідних варіантів результату захворювання (при його виявленні) і терапії; антиципаційний тренінг.

Методи впливу в процесі інтерв'ю: інтерпретація, директива, порада, саморозкриття, зворотний зв'язок, резюме.

Тема 2. Психодіагностика стресових розладів

Шкала диференціальних емоцій (Differential Emotions Scale –DES, К.Ізард, 1972). Шкала диференціальних емоцій (адаптація О.Леонової, М.Капіци, 2003). Самопочуття. Активність. Настрій. Опитувальник симптомів ПТСР PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5). Перелік життєвих подій Life Events Checklist for DSM-5 (LEC-5). Опитувальник посттравматичних когніцій (Posttraumatic Cognitions Inventory, PCTI). Міссісіпська шкала для бойового ПТСР (за DSM-III). Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R). Симптоматичний опитувальник (SCL-90-R). Госпітальна шкала тривоги і депресії (HADS). Шкала депресії Гамільтона (HAM-D). Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т.Холмса і Р.Паре (Social Readjustment Rating Scale, SRRS). Шкала тривоги Гамільтона (HAM-A).

Тема 3. Методики діагностики копінг-стратегій

Методика психологічної діагностики копінг-механізмів (Е. Heim). Методика «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (С. Норман, Д.Ендлер, Д.Джеймс, М.Паркер в адаптації Т. Крюкової). Методика «Індикатор копінг-стратегій» (Coping Strategy Indicator, CSI, Д. Амирхан, 1990, в адаптації Н.Сироти, 1994, В. Ялтонського, 1995). Опитувальник копінг-стратегій: скорочена форма (Coping Strategies Inventory Short-Form (CSI-SF), Addison, C., CampbellJenkins, B., Sarpong, D., Kibler, J., Singh, M., Dubbert, P., 2007).

Тема 4. Діагностика індивідуальних особливостей як чинників виникнення стресових розладів

Міннесотський багатопрофільний особистісний опитувальник (MMPI). Методика багатостороннього дослідження особистості. Опитувальник Міні-мульти (В.Зайцев, 1981). MMPI-2. СМДО Стандартизований багатфакторний метод дослідження особистості (рос. СМІЛ). Контентні шкали Уїггінса. Тест Т.Ліпі (The Interpersonal Diagnosis of Personality, 1954, Діагностика міжособистісних стосунків Л.Собчик). Колірний тест відносин (Е.Бажин, О. Еткінд, 1985). Непараметрична соціометрія методом колірних виборів (Колірна соціометрія, Н.Семаго, 1985, 2012). Тест колірних пірамід (Color Pyramid Test (Farbpyramidentest), Pfister M., 1950, R.Heiss, P.Halder, 1975).

Тема 5. Діагностика спрямованості на посттравматичне відновлення

Шкала задоволеності життям (Satisfaction with Life Scale, SWLS 1985). Опитувальник сенсу життя (The Meaning in Life Questionnaire, MLQ 2006). Опитувальник неприємностей і підйомів (The Hassles and Uplifts Scale, A. DeLongis; S. Folkman; R. Lazarus, 1988). Опитувальник посттравматичного зростання (Post Traumatic Growth Inventory).

Тема 6. Методики діагностики майнфулнесс як риси особистості

Шкала МААС (Mindful Attention Awareness Scale, K.W. Brown, R.M. Ryan, 2003). Шкала FMI (Freiburg Mindfulness Inventory, H.Walach, N.Buchheld, V.Butenmuller, N.Kleinknecht, S. Schmidt, 2006). Опитувальник KIMS (Kentucky Inventory of Mindfulness Skills, R.A.Baer, G.T.Smith, K.B.Allen, 2004). Шкала CAMS-R (Revised 12-item Cognitive and Affective Mindfulness Scale, G.Feldman, A.Hayes, S.Kumar, 2007). Майнфулнесс опитувальник FFMQ (Five Facet Mindfulness Questionnaire, R.A.Baer, G.T.Smith, E.Lykins, 2006, 2008). Шкала TMS (Toronto Mindfulness Scale, M.A.Lau, S.R., Bishop, Z.V.Segal,

2006). Шкала PHLMS (Philadelphia Mindfulness Scale, L.Cardaciotto, J.D.Herbert, E.M.Forman, 2008).

Розділ 5 (6 семестр). Методи та техніки постстресового відновлення

Тема 1. Робота з метафоричними асоціативними картами Core

Багатовимірний модель Basic Ph в психологічній практиці. «Core» – карти для терапевтичної роботи. Головна ідея колоди – відобразити різні відтінки людських переживань, пов'язаних з кризовими ситуаціями і їх подоланням. Терапевтичні можливості карт «Core». Техніки роботи з картами «Core».

Тема 2. Десенсибілізація та переробка травм рухами очей

Історія відкриття техніки Ф. Шапіро. Теоретичні засади та сутність методу ДПРО. Показання для використання ДПРО. Структура сеансу ДПРО. Модифікації ДПРО.

Тема 3. Тренінг посттравматичного зростання

Цілі тренінгів посттравматичного зростання: когнітивне переосмислення травми, визначаються її позитивні впливи на світосприйняття людини та будується новий життєвий план. Ключові теми тренінгу є: переосмислення особистістю власного сенсу життя та зміна життєвих пріоритетів; травма як джерело саморозвитку; формування нового образу Я і прийняття власного фізичного тіла.

Гендерні та вікові аспекти посттравматичного зростання. Сфери переосмислення сенсу життя: Я (негативні настановлення щодо себе «Я нещасний», заперечення власного тіла «Я каліка» тощо), світу та найближчого оточення («Світ жорстокий», «Я приречений на неуспіх») і майбутнього («Майбутнє безнадійне», «У мене немає майбутнього»).

Змістовні та організаційні аспекти тренінгів посттравматичного зростання. Методи та методики тренінгів посттравматичного зростання.

Тема 4. Майндфулнесс базоване зниження стресу (MBSR), майндфулнесс базована когнітивна терапія (MBCT)

Теоретичні засади та основні положення MBSR. Принципи формування груп. Тривалість програми MBSR. Практики MBSR: 1) сканування тіла (Вправа «Сканер»); 2) формальна сидяча медитація (усвідомлення дихання; усвідомлення і спостереження за звуками; усвідомлене спостереження за думками, емоціями; «відкрита присутність» (безоб'єктна розслаблена увага); 3) неформальні вправи (усвідомлене виконання будь-яких дій: простих побутових дій, спілкування тощо); 4) усвідомлена практика вправ йоги (розроблено декілька комплексів хатхайоги; пози спрощені, зручні для того, щоб в них знаходитися тривалий час і тому зручні для практики усвідомленості).

Теоретичні засади та основні положення MBCT. Багаторівнева теорія психіки «Взаємодіючі когнітивні підсистеми». Тривалість програми MBCT. Практики MBCT: 1) традиційні техніки когнітивно-поведінкової терапії; 2) техніки майндфулнесс медитації.

Тема 5. Терапія прийняття та відповідальності (ACT), діалектична поведінкова терапія (DBT), деактивація внутрішньої напруги (MDT)

Теоретичні засади та основні положення ACT. Мета терапії ACT. Модель ACT-терапії: FEAR і ACT. Принципи ACT.

Теоретичні засади та основні положення DBT. Практики DBT: 1) стандартні когнітивно-поведінкові техніки емоційної регуляції; 2) тестування реальності. Навички, що допомагають контролювати негативні емоції і поводитись оптимальним способом: ні-судження, вміння описувати ситуацію в термінах не-суджень, залучення в дію, вміння фокусувати увагу на одному об'єкті, оцінка за критерієм ефективності, самозаспокоювання. Прийоми поведінки в стресових ситуаціях

MDT-методологія. Планування та реалізація MDT. Структура MDT: 1) напівструктуроване клінічне інтерв'ю; 2) опитувальник сили страху (Strength of Fears Questionnaire); 3) опитувальник базових переконань (Compound Core Beliefs Questionnaire). Валідизація – висвітлення – перенаправлення (VCR) функціонально альтернативних переконань.

Тема 6. Моріта терапія, Хакомі терапія

Історія створення та основні положення Моріта терапії. Переваги та складнощі застосування. Модифікації Моріта терапії.

Теоретичні засади та основні положення Хакомі терапії. Принципи Хакомі терапії: майндфулнесс, ненасильство, органічність, цілісність і холізм тіла та розуму. 8 основних стратегій поведінки людини за Хакомі методологією. Узагальнення технік Хакомі терапії.

Тема 7. Адаптаційні практики, майндфулнессрелаксація, модель внутрішньосімейних систем (IFS)

Теоретичні засади та основні положення адаптаційних практик. Показання для застосування. Адаптаційні практики як структурована програма самодисципліни.

Теоретичні засади та основні положення майндфулнессрелаксації. Техніки майндфулнесс-релаксації: 1) дихальні вправи; 2) керована уява; 3) релаксаційні техніки задля зниження стресової напруги.

Теоретичні засади та основні положення моделі внутрішньосімейних систем (IFS). Сукупність субособистостей. Шляхи інтеграції субособистостей: захист, поляризація та альянс.

5. Очікувані результати навчання навчальної дисципліни

Після успішного вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти зможе:

РН1	Ідентифікувати психічні явища як предмет професійної діяльності психолога, рефлексувати власні психічні процеси, властивості та стани.
РН2	Формулювати та вирішувати психодіагностичні, психорозвивальні та психопросвітницькі психологічні завдання
РН3	Організувати дослідження психічних явищ відповідно до професійних вимог, що висуваються до фахівця психологічної сфери
РН4	Документувати результати практичної діяльності залежно від конкретного запиту та професійних завдань психолога
РН5	Аналізувати та планувати засоби психологічного впливу на психічні явища за результатами проведених досліджень

6. Роль навчальної дисципліни у досягненні програмних результатів

Програмні результати, досягнення яких забезпечує навчальна дисципліна:

ПРН5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

ПРН6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження

ПРН8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефахівців.

ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання

ПРН12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

7. Види навчальних занять та навчальної діяльності

7.1. Види навчальних занять

Видами навчальних занять при вивченні дисципліни є лекції (Л) і практичні заняття (ПЗ).

Розділ 1 (2 семестр). Особливості дослідження когнітивних пізнавальних процесів

Тема 1. Наукові засади роботи практичного психолога.

Л. 1-3.

Науковий метод пізнання. Методологія дослідження та її рівні. Загальна методика психологічного дослідження та її етапи. Методи психології у вузькому сенсі. Класифікація методів психології. Теоретичні методи. Емпіричні методи. Спостереження. Експеримент. Бесіда. Опитування. Тестування. Аналітичні методи. Методи організації психологічного дослідження.

Організаційні засади діяльності практичного психолога. Документація в діяльності практичного психолога. Вимоги до звітності практичного психолога. Елементи звіту психологічного дослідження. Відповідальність практичного психолога.

ПЗ.1-4. Навчально-методична організація діяльності практичного психолога. Основи наукових досліджень у діяльності практичного психолога. Практична значущість діяльності практичного психолога.

Тема 2. Психічні когнітивні процеси. Вивчення особливостей сприймання та можливості його розвитку.

Л. 4-5.

Відчуття та сприймання як психічні процеси. Теорії сприйняття. Сприймання як процес прийняття рішень. Етапи категоризації перцептивного образу. Моделі вибіркової уваги. Увага, свідомість і підпорогове сприймання. Експериментальна парадигма для тестування підпорогового сприймання.

Принцип константності сприйняття. Розпізнавання зорових паттернів. Сприймання глибини і віддаленості предметів. Сприймання рухів. Сприймання форми. Принцип обробки інформації «знизу вгору» і «згори вниз». Порівняння з еталоном. Метод попередньої підготовки. Подетальний аналіз. Рухи очей і сприйняття паттерна. Прототипне порівняння. Абстрагування зорової інформації. Сприймання форми: інтегрований підхід.

Засоби психологічного впливу на процеси відчуття та сприймання. Вікові особливості розвитку та проявів відчуття та сприймання.

ПЗ. 5-7. Поняття та класифікація когнітивних процесів індивіда. Сприймання як психічних процес. Експериментальне вивчення сприймання («Особливості сприйняття форми при активному на пасивному сприйманні», «Вимірювання об'єму сприймання»). Взаємозв'язки сприймання та інших когнітивних процесів («Компаси»). Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації з розвитку сприймання індивіда.

Тема 3. Вивчення особливостей уваги. Розвиток уваги.

Л. 6-8.

Визначення поняття «увага». Форми уваги. Основні теорії уваги: теорія фільтра, «прожектор уваги», увага як синтез і передзахоплення. Довільна і мимовільна увага. Загашення уваги. Принцип домінанти і установки. Вибірковість уваги. Моделі вибіркової уваги. Базові види уваги. Увага і людський мозок.

ПЗ. 8 – 11.

Увага як психічний процес. Основні теорії уваги. Увага як психічний процес та уважність як психічна властивість. Засоби дослідження уваги індивіда (методики «Переплутані лінії», «Запам'ятай та розстав крапки» дорослий та дитячий варіанти, тест вибіркової перцептивної уваги Мюнстерберга, «Кільця Ландгольта», «Таблиці Шульте», «Червоно-чорна таблиця»). Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації з розвитку уваги та уважності індивіда.

Психічні засоби впливу на розвиток уваги індивіда та уважності особистості.

Тема 4. Діагностика рівня розвитку різних видів пам'яті; тренування пам'яті.

Л. 9-11.

Пам'ять як когнітивний процес. Види та процеси пам'яті. Сенсорний реєстр (ультра короткотривала пам'ять). Короткотривале сховище інформації. Довготривале сховище інформації. Кодування та декодування. Процедурна, семантична, історична та епізодична пам'ять. Рефлекторне запам'ятовування інформації.

Мнемоніка як сукупність прийомів, що полегшують зберігання, кодування і відтворення інформації з пам'яті. Принцип активного запам'ятовування. Принцип зворотного зв'язку і пам'ять. Циклічне запам'ятовування.

ПЗ. 12 – 16.

Пам'ять як когнітивний процес. Види та процеси пам'яті. Дослідження видів пам'яті («Визначення короткочасної зорової пам'яті», Метод Джекобса, «Визначення довготривалої зорової пам'яті», вивчення слухової оперативної пам'яті, «Визначення особливостей смислової пам'яті», тест Векслера, «Пам'ять на числа», «Пам'ять на образи»). Дослідження процесів запам'ятовування та відтворення матеріалу (методика «Запам'ятовування 12 слів та 9 геометричних фігур», «Виявлення типу запам'ятовування», «Вивчення динаміки процесу заучування», «Вивчення опосередкованого запам'ятовування методом вільного графічного асоціювання», «Вивчення впливу минулого досвіду на спосіб вирішення задач – методика Лачинса»

Мнемонічні прийоми у діяльності практичного психолога. Складання комплексного звіту за сумою методик та розширений огляд мнемонічних прийомів у роботі психолога з клієнтами різних вікових категорій.

Тема 5. Вивчення особливостей мислення у психології здоров'я.

Л. 12-14.

Мисленнєвий процес у структурі психічних явищ. Типи мислення індивіда. Теорії розвитку мислення. Формування понять. Перевірка гіпотез. Прийняття рішень. Умовивід, дедуктивне та індуктивне мислення.

Проблематика когнітивних стилів. Модель первісного (міфологічного) мислення у структурній антропології. Міф як повідомлення. Операції міфологічного мислення. Теорія поетапного формування розумових дій. Трансформаційна граматики.

ПЗ. 17 – 20.

Мисленнєвий процес у структурі психічних явищ. Типи мислення індивіда. Когнітивний стиль індивіда як психологічне поняття. Дослідження мислення людини («Прості аналогії», «Складні аналогії», «Ханойська вежа», «Словесний лабіринт», «Асоціативний експеримент», дослідження розуміння мови при артикуляційних труднощах, семантичний диференціал, дослідження) Дослідження наглядно-образного, наглядно-дієвого та логічного мислення («Піктограма», «Пошук закономірностей», «Фігури з сірників»). Дослідження когнітивних стилей та мисленневих проявів індивіда (толерантності до нового, рефлексивності мислення, «Створення речень», гнучкість мислення)

Мислення та інтелект як система. Тренування мислення індивіда.

Тема 6. Вивчення когнітивних процесів людини у патопсихології.

Л. 15-16.

Патопсихологічний розвиток у когнітивній сфері. Специфіка дослідження у галузі психопатології когнітивної сфери. Відмінності психологічної та психіатричної діагностики у сфері когнітивних процесів людини.

ПЗ. 21 – 24.

Співставлення діагностичних методів дослідження когнітивних процесів у психології здоров'я та патопсихології.

Розділ 2 (3 семестр). Особливості дослідження особистості та інтелекту

Тема 1. Інтелект у структурі особистості. Здібності та креативність..

ПЗ. 1-3.

Здібності та інтелект в якості істотних властивостей людини. Визначення здібностей, які є умовою успішного здійснення діяльності. Загальні та спеціальні здібності. Загальні та часткові властивості здібностей. Діагностика здібностей. Спостереження, експеримент, аналіз продуктів діяльності тощо. Інтелект. Структура інтелекту. Теорія інтелектуального порогу. Діагностика інтелекту. Креативність. Основні точки зору на співвідношення інтелекту і креативності.

Методики вивчення здібностей та інтелекту («Виявлення та оцінка комунікативних та організаторських схильностей (КОС-1)», «Таблиці Равена (шкала прогресивних матриць)», «Методика визначення загальних розумових здібностей (за Р. Вандерлік)», «Методика вивчення рівня невербальної креативності (за П. Торренсом)», «Тест інтелекту Р. Кеттелла», «Тест Креативність»», «Опитувальник особистісної схильності до творчості за Г. Девісом (у редакції Б. Пашнєва)», «Модифікований тест Гілфорда на вивчення творчого мислення», «Тест Ейзенхауера», «Тест Е. Торенса», «ШТУР».).

Тема 2. Вивчення особливостей темпераменту та характеру

ПЗ.4-7.

Особливості вивчення темпераменту. Характерні риси темпераменту. Взаємозв'язок темпераменту з типами вищої нервової діяльності. Основні властивості нервової системи. Характеристики типів темпераменту. Компоненти темпераменту. Темперамент і характер. Темперамент і здібності. Темперамент і спрямованість особистості. Темперамент і особистість.

Методики вивчення особливостей темпераменту та характеру («Тест Я. Стреляу», «Опитувальник структури темпераменту В. Русалова», «Визначення типу темпераменту за методикою Г. Айзенка», «Анкета вивчення комунікативності», «Методика дослідження характеру особистості», «Самооцінка характеру методом оціночних шкал», «Методика визначення самооцінки», «Визначення характеру за К.Юнгом», «Методика «Дім-Дерево-Людина» (американський психолог Дж. Бак), «Неіснуюча тварина», «Характерологічний опитувальник Леонгарда», «Опитувальник Шмішека», «Діагностика показників і форм агресії – методика А.Басса і А.Дарки», «Методика діагностики агресивності А.Ассингера», «Опитувальник Сандри Бем по вивченню фемінності-маскулінності», «Дослідження схильності до ризику як А. Шмельова», «Дослідження вольової саморегуляції (тест-опитувальник А.В.Зверкова й Є.В.Ейдмана)», «Індекс життєвого стилю Г. Келермана, Р. Плутчика, Г. Конте», «Тест руки (Hand-test)»).

Тема 3. Впевненість у собі та її розвиток (самооцінка).

ПЗ. 8-10.

Психологічні засоби розвитку впевненості у собі. Психодіагностичні методики: «Самооцінка Н.М. Пейсахова», Методика самооцінки Б.Г. Сосновського, «Рівень домагань».

Тема 4. Дослідження психічних станів і їхня регуляція. Емоційний інтелект.

ПЗ.11-13.

Визначення поняття «Психічний стан». Характеристика психічних процесів і психічних властивостей. Класифікація психічних станів. Стрес. Стадії стресу. Короткочасні і тривалі екстремальні стани. Особливості дослідження емоційного інтелекту.

Психодіагностичні методики: «САН», «Тест Люшера», «Диференційна діагностика депресивних станів В.А. Жмурова», «Шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера», «Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге», «Торонтська алекситимічна шкала», «Методика визначення рівня емоційного вигорання», «Експрес-діагностика схильності до невмотивованої тривожності (В.В. Бойко)», «Методика схильності до стресу й соціальної адаптації Холмса

й Page», «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості Вассермана в модифікації В. Бойко», «Методика діагностики психічних станів за Айзенком», «Методика діагностики нервово-психічної стійкості».

Вправи емоційної саморегуляції: «Донорське серце», «Покупець у магазині», «Пасажир авіарейсу», «Колаж емоцій», «Емоції оточуючих», «Сліпий і поводитир», «Компліменти», «Країна-Карамбія», «Розпізнання емоцій», «Карусель», «Портрет емоцій», «Емоція на спині», «Передай емоцію або зіпсований телефон. Жести», «Передай емоцію або зіпсований телефон. Масаж», «Причини моїх емоцій», «Щоденник моїх емоцій», «Сірники та емоції», «Малюнок по колу», «Мій настрій», «Асоціації», «Я і мої емоції», «Незакінчені речення», «Естафета почуттів», «Колір емоції», «Маркер», «Емоційний малюнок», «Інтонації».

Тема 5. Дослідження мотиваційної сфери і спрямованості особистості.

ПЗ. 14-16.

Основні проблеми психодіагностики мотивації.

Поведінкові індикатори мотивації.

Особливості переробки потреб в цілі, плани і дії (по Ж. Нюттену).

Форми внутрішньої мотивації і їх прояви (по А.В. Карпову).

Методики вивчення мотиваційної сфери і спрямованості особистості: Методика «Незакінчені речення» (Сакса і Сіднея), «Диференційовано-діагностичний опитувальник інтересів – ДДО (за Є. Клімовим), «Карта інтересів», Тест «Структура інтересів і схильностей» (СІС), «Методика вивчення спрямованості особистості «Орієнтовна анкета» (В. Смекала, М. Кучера), Методика «Самооцінка індивідуальних особливостей» – СІО (Л. Кабардова), Методика Л. Йовайши.

Розділ 3 (4 семестр). Соціальна сфера: стосунки, особливості спілкування, поведінка у групі

Тема 1. Особливості міжособистісних і міжгрупових відносин.

ПЗ.1-12.

Соціальна сфера: стосунки, особливості спілкування, поведінка у групі. Поняття про комунікативність. Особливості групової згуртованості.

Психодіагностичні методики: «Домінуючі стратегії психологічних захистів у спілкуванні» В.В.Бойко», «Рівень комунікативності В.Ф.Ряховського», «Опитувальник аффіліації», «Методика типового реагування на конфліктні ситуації К.Томаса».

Статус особистості в колективі. Особливості міжособистісних відносин.

Психодіагностичні методики: «Визначення статусу особистості в колективі «Соціометрія», «Вивчення фрустраційних реакцій С.Розенцвейга», «Методика діагностики міжособистісних стосунків Т.Лірі», «Дослідження міжособистісних стосунків за методикою», «Q-сортування В.Стефансона», «Діагностика рівня емпатійних здібностей В.В.Бойко», «Визначення індексу групової згуртованості Сішора», «ТАТ», «Потреба у спілкуванні Ю.М. Орлова», «Тест А. Ассінгера (Оцінка агресивності у стосунках)», «Визначення тенденції поведінки людини в групі Горфінкель З.Н., Калейников І.К.»

Складання звіту за пройденими методиками, висновки, рекомендації.

Особливості міжгрупових відносин. Види груп. Поняття про лідство.

Вправи: «Стати в коло», «Числа», «Моє звернення», «Партнер», «Вимір'яй один одного», «Питання – відповідь», «Пишуча машинка», «Великий годинник», «Мені здається...», «Берег моря», «Конролер», «Проблема».

Психодіагностичні методики: «Орієнтація керівника на завдання і на людей».

«Методика визначення згуртованості групи (прислів'я та приказки)», Тест «Психологічна сумісність», «Оцінка психологічного клімату в колективі», Опитувальник

суб'єктивного ставлення школяра до діяльності, самого себе та оточуючих ССДСО О.Афанасьєв.

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації.

Тема 2. Психологія сім'ї.

ПЗ.12-23.

Особливості роботи практичного психолога із сім'єю.

Психодіагностичні методики: «Кінетичний Малюнок сім'ї», «Методика Рене Жилия», «Діагностика батьківського ставлення до дитини А.Я.Варга, В.В. Століна».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

Тема 3. Професійна психодіагностика

ПЗ.24-35.

Психологічні методи у працевлаштуванні. Вправи: «Інтерв'ю у працевлаштуванні».

Психодіагностичні методики: «Багатофакторне дослідження особистості Р.Кеттелла», «ММРІ», «Теплінг-тест», «Диференційно-діагностичний опитувальник Е.А.Клімова», «Карта інтересів», «КОС», «Вектор Вашої активності», «Діагностика особистості щодо мотивації до успіху/уникнення невдач Т.Елерса», «Ціннісні орієнтації М.Рокича».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

«Визначення стилю керівництва трудовим колективом В.П.Захарова, А.Л.Журавльова», «ЦОЕ», «Ділові ситуації Н.Г.Хитрової», «Аналіз структури та якості робочих стосунків в організації/колективі», «Експертна оцінка психологічних характеристик особистості керівника», «Тест Белбіна».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

Тема 4. Патопсихологія

ПЗ. 36-48.

Психодіагностичні методики: «Методика вивчення типу особистості та можливих розладів цього типу Д.Олдхема і Л.Морріса», «ММРІ», «Тест Роршарха».

Складання комплексного звіту за пройденими методиками та рекомендації

Розділ 4 (5 семестр). Емпіричне дослідження особливостей переживання людиною кризових ситуацій

Тема 1. Особливості проведення клінічного інтерв'ю

ПЗ. 1-4.

Клінічна бесіда (інтерв'ю) як один з основних методів, що застосовує в повсякденній практиці клінічний психолог. Відмінності клінічного інтерв'ю від звичайного. Діагностична та терапевтична функції в клінічній психології. Анамнез життя та хвороби пацієнта. Суб'єктивний анамнез та об'єктивний анамнез. Оцінка індивідуально-психологічних особливостей клієнта або пацієнта, їх ранжування за якістю, силою і складністю, віднесення до психологічних феноменів або до психопатологічних симптомів.

Принципи клінічного інтерв'ю є: однозначність; точність і доступність формулювань-запитань; адекватність; послідовність (алгоритмізованість); гнучкість; можливість перевірки інформації, що надається.

Етичні положення Американської психологічної асоціації, що стосуються консультування і інтерв'ювання:

Методологічні підходи до проведення інтерв'ю. Модель (структура) клінічного інтерв'ю: I етап: встановлення "довірливої дистанції"; II етап: виявлення скарг (пасивне і активне інтерв'ю), оцінка внутрішньої картини; III етап: оцінка бажаного результату інтерв'ю і терапії; IV етап: оцінка антиципаційних здібностей пацієнта; обговорення

вірогідних варіантів результату захворювання (при його виявленні) і терапії; антиципаційний тренінг.

Методи впливу в процесі інтерв'ю: інтерпретація, директива, порада, саморозкриття, зворотний зв'язок, резюме.

Тема 2. Психодіагностика стресових розладів

ПЗ.5-8.

Шкала диференціальних емоцій (Differential Emotions Scale –DES, К.Ізард, 1972). Шкала диференціальних емоцій (адаптація О.Леонової, М.Капіци, 2003). Самопочуття. Активність. Настрій. Опитувальник симптомів ПТСР PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5). Перелік життєвих подій Life Events Checklist for DSM-5 (LEC-5). Опитувальник посттравматичних когніцій (Posttraumatic Cognitions Inventory, PCTI). Міссісіпська шкала для бойового ПТСР (за DSM-III). Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R). Симптоматичний опитувальник (SCL-90-R). Госпітальна шкала тривоги і депресії (HADS). Шкала депресії Гамільтона (HAM-D). Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т.Холмса і Р.Пейджа (Social Readjustment Rating Scale, SRRS). Шкала тривоги Гамільтона (HAM-A).

Тема 3. Методики діагностики копінг-стратегій

ПЗ.9-13.

Методика психологічної діагностики копінг-механізмів (Е. Heim). Методика «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (С. Норман, Д.Ендлер, Д.Джеймс, М.Паркер в адаптації Т. Крюкової). Методика «Індикатор копінг-стратегій» (Coping Strategy Indicator, CSI, Д. Амирхан, 1990, в адаптації Н.Сироти, 1994, В. Ялтонського, 1995). Опитувальник копінг-стратегій: скорочена форма (Coping Strategies Inventory Short-Form (CSI-SF), Addison, C., CampbellJenkins, B., Sarpong, D., Kibler, J., Singh, M., Dubbert, P., 2007).

Тема 4. Діагностика індивідуальних особливостей як чинників виникнення стресових розладів

ПЗ.14-16.

Міннесотський багатопрофільний особистісний опитувальник (MMPI). Методика багатостороннього дослідження особистості. Опитувальник Міні-мульти (В.Зайцев, 1981). MMPI-2. СМДО Стандартизований багатофакторний метод дослідження особистості (рос. СМІЛ). Контентні шкали Уїгінса. Тест Т.Ліпі (The Interpersonal Diagnosis of Personality, 1954, Діагностика міжособистісних стосунків Л.Собчик). Колірний тест відносин (Е.Бажин, О. Еткінд, 1985). Непараметрична соціометрія методом кольорних виборів (Колірна соціометрія, Н.Семаго, 1985, 2012). Тест кольорних пірамід (Color Pyramid Test (Farbpyramidentest), Pfister M., 1950, R.Heiss, P.Halder, 1975).

Тема 5. Діагностика спрямованості на постстресове відновлення

ПЗ.17-20.

Шкала задоволеності життям (Satisfaction with Life Scale, SWLS 1985). Опитувальник сенсу життя (The Meaning in Life Questionnaire, MLQ 2006). Опитувальник неприємностей і підйомів (The Hassles and Uplifts Scale, A. DeLongis; S. Folkman; R. Lazarus, 1988). Опитувальник посттравматичного зростання (Post Traumatic Growth Inventory).

Тема 6. Методики діагностики майнфулнесс як риси особистості

ПЗ.21-24.

Шкала МААС (Mindful Attention Awareness Scale, K.W. Brown, R.M. Ryan, 2003). Шкала FMI (Freiburg Mindfulness Inventory, H.Walach, N.Buchheld, V.Butenmuller, N.Kleinknecht, S. Schmidt, 2006). Опитувальник KIMS (Kentucky Inventory of Mindfulness Skills, R.A.Baer, G.T.Smith, K.B.Allen, 2004). Шкала CAMS-R (Revised 12-item Cognitive and Affective Mindfulness Scale, G.Feldman, A.Hayes, S.Kumar, 2007). Майнфулнесс опитувальник FFMQ (Five Facet Mindfulness Questionnaire, R.A.Baer, G.T.Smith, E.Lykins, 2006, 2008). Шкала TMS (Toronto Mindfulness Scale, M.A.Lau, S.R., Bishop, Z.V.Segal,

2006). Шкала PHLMS (Philadelphia Mindfulness Scale, L.Cardaciotto, J.D.Herbert, E.M.Forman, 2008).

Розділ 5 (6 семестр). Методи та техніки постстресового відновлення

Тема 1. Робота з метафоричними асоціативними картами Core

ПЗ.1-7.

Багатовимірна модель Basic Ph в психологічній практиці. «Core» – карти для терапевтичної роботи. Головна ідея колоди – відобразити різні відтінки людських переживань, пов'язаних з кризовими ситуаціями і їх подоланням. Терапевтичні можливості карт «Core». Техніки роботи з картами «Core».

Тема 2. Десенсибілізація та переробка травм рухами очей

ПЗ.8-12.

Історія відкриття техніки Ф. Шапіро. Теоретичні засади та сутність методу ДПРО. Показання для використання ДПРО. Структура сеансу ДПРО. Модифікації ДПРО.

Тема 3. Тренінг посттравматичного зростання

ПЗ.13-17.

Цілі тренінгів посттравматичного зростання: когнітивне переосмислення травми, визначаються її позитивні впливи на світосприйняття людини та будується новий життєвий план. Ключові теми тренінгу є: переосмислення особистістю власного сенсу життя та зміна життєвих пріоритетів; травма як джерело саморозвитку; формування нового образу Я і прийняття власного фізичного тіла.

Гендерні та вікові аспекти посттравматичного зростання. Сфери переосмислення сенсу життя: Я (негативні настановлення щодо себе «Я нещасний», заперечення власного тіла «Я каліка» тощо), світу та найближчого оточення («Світ жорстокий», «Я приречений на неуспіх») і майбутнього («Майбутнє безнадійне», «У мене немає майбутнього»).

Змістовні та організаційні аспекти тренінгів посттравматичного зростання. Методи та методики тренінгів посттравматичного зростання.

Тема 4. Майндфулнесс базоване зниження стресу (MBSR), майндфулнесс базована когнітивна терапія (МВСТ)

ПЗ.18-23.

Теоретичні засади та основні положення MBSR. Принципи формування груп. Тривалість програми MBSR. Практики MBSR: 1) сканування тіла (Вправа «Сканер»); 2) формальна сидяча медитація (усвідомлення дихання; усвідомлення і спостереження за звуками; усвідомлене спостереження за думками, емоціями; «відкрита присутність» (безоб'єктна розслаблене увага); 3) неформальні вправи (усвідомлене виконання будь-яких дій: простих побутових дій, спілкування тощо); 4) усвідомлена практика вправ йоги (розроблено декілька комплексів хатхайоги; пози спрощені, зручні для того, щоб в них знаходитися тривалий час і тому зручні для практики усвідомленості).

Теоретичні засади та основні положення МВСТ. Багаторівнева теорія психіки «Взаємодіючі когнітивні підсистеми». Тривалість програми МВСТ. Практики МВСТ: 1) традиційні техніки когнітивно-поведінкової терапії; 2) техніки майндфулнесс медитації.

Тема 5. Терапія прийняття та відповідальності (ACT), діалектична поведінкова терапія (DBT), деактивація внутрішньої напруги (MDT)

ПЗ.24-28.

Теоретичні засади та основні положення АСТ. Мета терапії АСТ. Модель АСТ-терапії: FEAR і АСТ. Принципи АСТ.

Теоретичні засади та основні положення DBT. Практики DBT: 1) стандартні когнітивно-поведінкові техніки емоційної регуляції; 2) тестування реальності. Навички, що допомагають контролювати негативні емоції і поводитись оптимальним способом: нісудження, уміння описувати ситуацію в термінах не-суджень, залучення в дію, уміння фокусувати увагу на одному об'єкті, оцінка за критерієм ефективності, самозаспокоювання. Прийоми поведінки в стресових ситуаціях

MDT-методологія. Планування та реалізація MDT. Структура MDT: 1) напівструктуроване клінічне інтерв'ю; 2) опитувальник сили страху (Strength of Fears Questionnaire); 3) опитувальник базових переконань (Compound Core Beliefs Questionnaire). Валідизація – висвітлення – перенаправлення (VCR) функціонально альтернативних переконань.

Тема 6. Моріта терапія, Хакомі терапія
ПЗ.29-35.

Історія створення та основні положення Моріта терапії. Переваги та складнощі застосування. Модифікації Моріта терапії.

Теоретичні засади та основні положення Хакомі терапії. Принципи Хакомі терапії: майндфулнесс, ненасильство, органічність, цілісність і холізм тіла та розуму. 8 основних стратегій поведінки людини за Хакомі методологією. Узагальнення технік Хакомі терапії.

Тема 7. Адаптаційні практики, майндфулнессрелаксація, модель внутрішньосімейних систем (IFS)
ПЗ.36-40.

Теоретичні засади та основні положення адаптаційних практик. Показання для застосування. Адаптаційні практики як структурована програма самодисципліни.

Теоретичні засади та основні положення майндфулнессрелаксації. Техніки майндфулнесс-релаксації: 1) дихальні вправи; 2) керована уява; 3) релаксаційні техніки задля зниження стресової напруги.

Теоретичні засади та основні положення моделі внутрішньосімейних систем (IFS). Сукупність субособистостей. Шляхи інтеграції субособистостей: захист, поляризація та альянс.

7.2. Види навчальної діяльності

- НД 1. Лекції з використанням опорного мультимедіа-конспекту.
- НД 2. Практичне заняття.
- НД 3. Індивідуальна робота (тестування, консультація, письмова робота).
- НД 4. Самостійна робота.

8. Методи викладання, навчання

Дисципліна передбачає навчання через:

- МН 1. інтерактивні лекції;
- МН 2. проблемно-пошуковий метод;
- МН 3. метод проектів;
- МН 4. інструктаж;
- МН 5. практико-орієнтоване навчання.

Лекції як форма роботи передбачена на початковому етапі вивчення дисципліни з метою формування загальної спрямованості студентів на ідентифікацію психічних явищ як предмет професійної діяльності психолога, рефлексію явищ власної психіки (РН 1). Внаслідок такого усвідомлення перед студентом постає широкий спектр практичних завдань професійної самореалізації психолога: психологічна діагностика, просвіта, розвиток особистості (РН 2). На практичних заняттях студенти знайомляться із засадами організації психологічних досліджень у сфері практичного застосування психологічних знань (РН 3). Самостійна та індивідуальна робота передбачає засвоєння навичок документування результатів практичної діяльності психолога (РН 4). Інтегруючим результатом різних видів навчальної діяльності є здатність аналізувати та планувати засоби психологічного впливу на досліджувані психічні явища за результатами проведених досліджень (РН 5).

9. Методи та критерії оцінювання			
9.1. Критерії оцінювання			
Оцінка	Визначення	Чотирибальна національна шкала оцінювання	Рейтингова бальна шкала оцінювання
ВІДМІННО	відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок	5, 0 (відмінно)	$90 \leq RD \leq 100$
ДОБРЕ	в загальному правильна робота з певною кількістю помилок	4, 0 (добре)	$74 \leq RD \leq 89$
ЗАДОВІЛЬНО	виконання задовольняє мінімальні критерії	3,0 (задовільно)	$60 \leq RD \leq 73$
НЕЗАДОВІЛЬНО	можливе повторне складання	2 (незадовільно)	$35 \leq RD \leq 59$
НЕЗАДОВІЛЬНО	необхідний повторний курс з навчальної дисципліни	2 (незадовільно)	$RD < 35$
9.2 Методи поточного формативного оцінювання			
Контроль навчальної роботи студента здійснюються за модульно-рейтинговою системою: систематичність та активність роботи студента з самостійним доопрацюванням звітності, тестування, виконання завдань самостійної роботи, виконання індивідуальних практичних завдань.			
9.3 Методи підсумкового сумативного оцінювання			
Оцінювання протягом семестру проводиться у формі письмових опитувань (тестувань) (M1), підсумкових індивідуальних завдань (M2), перевірки індивідуальних практичних завдань (M3) та звітів за роботу на лекціях і практичних заняттях (M4). Всі роботи повинні бути виконані самостійно. Індивідуальні завдання, схожі між собою, будуть відхилені.			
Оцінка студента формується таким чином:			
1 розділ (2 семестр):			
1. Звіти за роботу на лекціях і практичних заняттях – 55 б.;			
2. Виконання індивідуальних практичних завдань – 15 б.;			
3. Підсумкове тестування – 30 б.			
Форма підсумкового контролю – залік.			
2 розділ (3 семестр):			
1. Звіти за роботу на практичних заняттях – 50 б.;			
2. Виконання індивідуальних практичних завдань – 20 б.;			
3. Підсумкове тестування – 30 б.			
Форма підсумкового контролю – залік.			
3 розділ (4 семестр):			

<p>1. Звіти за роботу на практичних заняттях – 45 б.;</p> <p>2. Виконання індивідуальних практичних завдань – 25 б.;</p> <p>3. Підсумкове тестування – 30 б.</p> <p>Форма підсумкового контролю – залік.</p> <p>4 розділ (5 семестр):</p> <p>1. Звіти за роботу на практичних заняттях – 64 б.;</p> <p>2. Виконання індивідуальних практичних завдань – 16 б.;</p> <p>3. Підсумкове індивідуальне завдання – 28 б.</p> <p>Форма підсумкового контролю – залік.</p> <p>5 розділ (6 семестр):</p> <p>1. Звіти за роботу на практичних заняттях – 64 б.;</p> <p>2. Виконання індивідуальних практичних завдань – 16 б.;</p> <p>3. Підсумкове індивідуальне завдання – 28 б.</p> <p>Форма підсумкового контролю – залік.</p>	
<p>10. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни</p>	
<p>10.1. Засоби навчання</p>	<p>Навчальний процес потребує використання: мультимедійного обладнання (ЗН 1); підручники та навчальні посібники (ЗН 2).</p>
<p>10.2. Інформаційне та навчально-методичне забезпечення</p>	<p>Основна література:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бурлачук, Л. Ф. Психодіагностика [Текст] : учебник / Л. Ф. Бурлачук. СПб. : Питер, 2005. 351 с. (Учебник нового века). 2. Маховер К. Проективный рисунок человека. М. : «Смысл», 1999. 90 с. 3. Основи психології / За ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. 2-ге вид. К.: Либідь, 1996. 544 с. 4. Психология развивающейся личности / Психология индивидуальных различий: Тесты / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. М., 1982. 5. Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина : В 2. Т. М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. Т.1. 312 с. 6. Психологические тесты / Под ред. А.А. Карелина : В 2. Т. М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. Т. 2. 248 с. 7. Практикум з психології: Навч. посіб. / За ред. О. Л. Туриніної. К: МАУП, 2007. 8. Райгородский Д.Я. Практическая психодіагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Бахрах-М, 2015. 9. Райгородский Д.Я. Энциклопедия психодіагностики. Т.2. Психодіагностика взрослых. Самара : Бахрах-М, 2015. – 703с. 10. Райгородский Д.Я. Энциклопедия психодіагностики. Т. 3. Психодіагностика семьи. Самара : Бахрах-М, 2009. 695с.

11. Райгородский Д.Я. Энциклопедия психодиагностики. Т. 4. Психодиагностика персонала. Самара : Бахрах-М, 2009. – 695с.

12. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. К.: Педагогічна думка, 2016. – 219 с.

Б. Допоміжна література

13. Лебедева Л. Д., Никонорова Ю. В., Тараканова Н. А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. СПб.: Речь, 2006. 336 с.

14. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности. СПб.: Питер, 2001. 560 с.

15. Кон И. С. В поисках себя: личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984. 334 с.

16. Кречмер Э. Строение тела и характер. М., 1995

17. Крылов А.А. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии [Учеб. пособие] / [Л.И. Вансовская , В.К. Гайда, В.К Гербачевский. и др.]; [Под ред.А.А.Крылова]. Л.: Издательство Ленинградского университета, 1990. 272 с.

18. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения/ Н.С. Пряжников. [Учебно – методическое пособие]. – [2-е изд., стер.] М.: Издательство Московского психолого – социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. 400 с.

19. Пурнис Н.Е. Арт- терапия в развитии персонала. СПб.: Речь, 2008. 176с.

20. Основи психології. За ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. 2-ге вид. К.: Либідь, 1996. 544 с.

21. Дубровская О.Ф. Востмицветовой тест Люшера. М. : Когито-центр, 2008. – 64с.

22. Хьелл Л., Зинглер Д. Теории личности. СПб., 2006.

II ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Тема	Загальний обсяг, годин	Лекції, годин	Практичні заняття, годин	Лабораторні роботи, годин	Самостійне опрацювання матеріалу (СРС), годин	Індивідуальні завдання, годин (із обсягу СРС)
Денна форма навчання							
Розділ 1 (2 семестр підготовки)							
1	Тема 1. Наукові засади роботи практичного психолога.	28	6	8		14	
2.	Тема 2. Психічні когнітивні процеси. Вивчення особливостей сприймання та можливості його розвитку.	18	4	6		8	
3.	Тема 3. Вивчення особливостей уваги. Розвиток уваги.	22	6	8		8	
4.	Тема 4. Діагностика рівня розвитку різних видів пам'яті; тренування пам'яті.	32	6	10		16	
5.	Тема 5. Вивчення особливостей мислення у психології здоров'я.	28	6	8		14	
6.	Тема 6. Вивчення когнітивних процесів у патопсихології.	22	4	8		10	
Всього з навчальної дисципліни за денною формою навчання:		150	32	48		70	
№ з/п	Тема	Загальний обсяг, годин	Лекції, годин	Практичні заняття, годин	Лабораторні роботи, годин	Самостійне опрацювання матеріалу (СРС), годин	Індивідуальні завдання, годин (із обсягу СРС)
Розділ 2 (3 семестр підготовки)							
1.	Тема 1. Інтелект у структурі особистості. Здібності та креативність.	12		6		6	
2.	Тема 2. Вивчення особливостей темпераменту та характеру.	14		8		6	
3.	Тема 3. Впевненість у собі та її розвиток (самооцінка).	12		6		6	

4.	Тема 4. Дослідження психічних станів і їхня регуляція. Емоційний інтелект.	12		6		6	
5	Тема 5. Дослідження мотиваційної сфери і спрямованості особистості.	10		6		4	
<i>Всього з навчальної дисципліни за денною формою навчання:</i>		<i>60</i>		<i>32</i>		<i>28</i>	
№ з/п	Тема	Загальний обсяг, годин	Лекції, годин	Практичні заняття, годин	Лабораторні роботи, годин	Самостійне опрацювання матеріалу (СРС), годин	Індивідуальні завдання, годин (із обсягу СРС)
Розділ 3 (4 семестр підготовки)							
1.	Тема 1. Особливості міжособистісних і міжгрупових відносин.	30		24		6	
2.	Тема 2. Психологія сім'ї.	28		22		6	
3.	Тема 3. Професійна психодіагностика.	28		22		6	
4.	Тема 4. Патопсихологія.	34		28		6	
<i>Всього з навчальної дисципліни за денною формою навчання:</i>		<i>120</i>		<i>96</i>		<i>24</i>	
№ з/п	Тема	Загальний обсяг, годин	Лекції, годин	Практичні заняття, годин	Лабораторні роботи, годин	Самостійне опрацювання матеріалу (СРС), годин	Індивідуальні завдання, годин (із обсягу СРС)
Розділ 4 (5 семестр підготовки)							
1	Тема 1. Особливості проведення клінічного інтерв'ю.	12		8		4	
2.	Тема 2. Психодіагностика стресових розладів.	12		8		4	
3.	Тема 3. Методики діагностики копінг-стратегій.	13		10		3	
4.	Тема 4. Діагностика індивідуальних особливостей як чинників виникнення стресових розладів	10		6		4	

5.	Тема 5. Діагностика спрямованості на постстресове відновлення.	14		8		6	
6.	Тема 6. Методики діагностики майнфулнесс як риси особистості.	14		8		6	
<i>Всього з навчальної дисципліни за денною формою навчання:</i>		75		48		27	
№ з/п	Тема	Загальний обсяг, годин	Лекції, годин	Практичні заняття, годин	Лабораторні роботи, годин	Самостійне опрацювання матеріалу (СРС), годин	Індивідуальні завдання, годин (із обсягу СРС)
<i>Розділ 5 (6 семестр підготовки)</i>							
1	Тема 1. Робота з метафоричними асоціативними картами Соре.	22		14		8	
2.	Тема 2. Десенсибілізація та переробка травм рухами очей.	18		10		8	
3.	Тема 3. Тренінг посттравматичного зростання.	22		10		12	
4.	Тема 4. Майнфулнесс базоване зниження стресу (MBSR), майнфулнесс базована когнітивна терапія (MBCT).	26		12		14	
5.	Тема 5. Терапія прийняття та відповідальності (ACT), діалектична поведінкова терапія (DBT), деактивація внутрішньої напруги (MDT).	20		10		10	
6.	Тема 6. Моріта терапія, Хакомі терапія.	24		14		10	
7.	Тема 7. Адаптаційні практики, майнфулнессрелаксація, модель внутрішньосімейних систем (IFS).	18		10		8	
<i>Всього з навчальної дисципліни за денною формою навчання:</i>		150		80		70	
<i>Всього з дисципліни</i>		600	32	224		344	

Узгодження результатів навчання з методами викладання, навчання та оцінювання

Програмні компетентності / результати навчання	Результат навчання за дисципліною	Види навчальних занять	Види навчальної діяльності	Методи, технології викладання і навчання	Засоби навчання	Методи та критерії оцінювання
ЗК 1, ЗК 5, СК 3/ ПРН6	РН1.	Л ПЗ	НД 1 НД 2 НД 3 НД 4	МН 1 МН 2 МН 4 МН 5	ЗН 1 ЗН 2	М 1 М 2 М 3 М 4
ЗК 6, СК 9, СК5 / ПРН12	РН2.	ПЗ	НД 1 НД 2 НД 3	МН 2 МН 3 МН 4 МН 5	ЗН 1 ЗН 2	М 1 М 2 М 3 М 4
ЗК 2, СК 5, СК6 / ПРН8	РН3.	ПЗ	НД 2 НД 3 НД 4	МН 2 МН 3 МН 4 МН 5	ЗН 1 ЗН 2	М 2 М 3 М 4
ЗК 4, СК 7 / ПРН5	РН4.	Л ПЗ	НД 1 НД 2 НД 3 НД 4	МН 1 МН 2 МН 3 МН 4 МН 5	ЗН 1 ЗН 2	М 1 М 4
ЗК 1, ЗК 7, СК 8 / ПРН9	РН5	ПЗ	НД1 НД 2 НД 3 НД 4	МН 2 МН 3 МН 3 МН 4 МН 5	ЗН 1 ЗН 2	М 1 М 2 М 3 М 4