



Міністерство освіти і науки України  
Мукачівський державний університет  
Кафедра психології



**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ  
ТА ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ З ДИСЦИПЛІНИ**

***«МЕТОДИ ПСИХОПРОФІЛАКТИЧНОЇ РОБОТИ»***

для студентів денної та заочної форми навчання  
спеціальності **053 «Психологія»**  
Ступінь «Бакалавр»

Мукачево МДУ 2021

*Розглянуто та рекомендовано до друку науково-методичною радою Мукачівського державного університету протокол № 10 від 19.04.2021 р.*

*Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології протокол № 10 від 4.03.2021 р.*

**Укладач**

**Марценюк М.О.** - к.психол.н., ст. викладач кафедри психології МДУ

**Рецензент**

**Розман І.І.** – к.пед.н., доцент, МДУ

П 69

**Методи психопрофілактичної роботи:** методичні рекомендації для підготовки проведення практичних занять та організації СРС з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання, спеціальність 053 «Психологія, ОС «Бакалавр» / Марценюк М.О. - Мукачево: МДУ, 2020. - 47 с. (1,9 др. а.).

Методичні рекомендації призначені для підготовки студентів гуманітарного факультету денної та заочної форми навчання, спеціальності 053 «Психологія, ОС «Бакалавр» до практичних занять та організації СРС з дисципліни **«Методи психопрофілактичної роботи»**.

Представлено питання для підготовки до семінарських занять та самостійної роботи. З метою перевірки засвоєних знань представлено тестові завдання, а також завдання для контролю і самоконтролю знань, умінь та навичок студентів з дисципліни; подано літературу для самостійної роботи.

Буде корисні для викладачів і студентів психологічних, соціологічних та педагогічних факультетів, що вивчають та цікавляться психологією та основними формами та методами психологічної допомоги особистості.

## ЗМІСТ

<b>Передмова</b> .....	4
<b>Програма навчальної дисципліни</b> .....	7
<b>Структура навчальної дисципліни</b> .....	9
<b>Теми практичних занять</b> .....	10
<b>Заняття 1.</b> Психологічна профілактика як окремий вид діяльності практичного психолога. Методика планування та організації психопрофілактичних заходів .....	13
<b>Заняття 2.</b> Сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя.....	15
<b>Заняття 3.</b> Проблема екстремальних впливів на психіку людини.....	17
<b>Заняття 4.</b> Методи психопрофілактичної діяльності психолога.....	20
<b>Заняття 5.</b> Психопрофілактика нервово-психічних порушень та педагогічної занедбаності .....	22
<b>Заняття 6.</b> Психологічна профілактика адиктивної та суїцидальної поведінки.....	24
<b>Заняття 7.</b> Психопрофілактика шкідливих звичок та професійного вигорання.....	26
<b>Тематика СРС та завдання до них</b> .....	29
<b>Завдання для виконання індивідуальної роботи студента</b> .....	30
<b>Форми та методи контролю. Критерії оцінювання всіх видів робіт</b> .....	31
<b>Розподіл вагових коефіцієнтів і оцінювання навчальної дисципліни</b> .....	35
<b>Перелік питань, що виносяться на підсумковий та модульний контроль</b> .....	36
<b>Рекомендована література</b> .....	37
<b>Інформаційні ресурси</b> .....	38
<b>Додатки</b> .....	40

## Передмова

Одним із базових курсів для вивчення всіх психологічних дисциплін на гуманітарному факультеті є дисципліна «*Методи психопрофілактичної роботи*».

Вивчення дисципліни «*Методи психопрофілактичної роботи*» в V семестрі. Дисципліна розглядається як складова змісту навчальної підготовки бакалаврів денної та заочної форми навчання і побудована на відповідних теоретичних, наукових засадах та практичній підготовці.

Зміст курсу (дисципліни) є доступним для студентів бакалаврів й розрахований на засвоєння його кожним студентом. Основним завданням викладача є формування у студентів теоретичних знань, надання їм практичної спрямованості та формування вміння використовувати їх у практичній діяльності (житті). Загальними завданнями оцінювання є: визначення рівня навчальних досягнень студентів; стимулювання їх мотивації до здобуття знань; визначення рівня здібностей студентів, їх потреби у додатковому навчанні; виставлення відповідної оцінки.

Для оцінювання процесу та результатів вивчення дисципліни «*Методи психопрофілактичної роботи*» розроблені чіткі, зрозумілі і відомі студентам критерії, відповідно до яких виставляється оцінка, і використовуються при цьому такі методи, як: усне опитування, тестування, оцінювання виконання творчих завдань та розв'язування ситуаційних задач, самооцінювання, взаємооцінювання тощо.

**Мета вивчення навчальної дисципліни** – формування професійної компетентності студентів-психологів з планування та здійснення психологічної профілактики у різних сферах діяльності практичного психолога; вироблення умінь і навичок практичного застосування теоретичних знань.

**Завданнями** викладача, реалізація яких забезпечить досягнення цієї мети, є:

- формування у студентів знань з теоретичних основ організації та здійснення психологічної профілактики в різних сферах діяльності психолога;
  - вироблення практичних навичок психопрофілактичної роботи звикористанням знань даного курсу;
  - стимулювання творчої активності в ході самостійної роботи та виконання науково-дослідних завдань.
- В результаті вивчення даного курсу студент повинен:

**знати:**

- специфічні особливості психологічної профілактики як окремого виду діяльності практичного психолога;
- актуальні напрямки психопрофілактичної роботи;
- рівні та завдання психологічної профілактики;
- принципи психологічної профілактики;
- форми та методи психопрофілактики;
- особливості планування та проведення психопрофілактичних заходів;
- специфіку організації та проведення психопрофілактичних заходів у різних сферах діяльності практичного психолога;
- особливості психопрофілактичної роботи з різними віковими категоріями населення;
- типові проблеми організації та проведення психопрофілактичних заходів;
- нормативно-регулятивні аспекти психопрофілактичної роботи.

**вміти:**

- застосовувати теоретичні знання з курсу у практичній професійній діяльності;
- діагностувати та прогнозувати напрямки і завдання психологічної профілактики актуальні для конкретної установи, організації, навчального закладу тощо;
- планувати психопрофілактичні заходи з урахуванням специфіки галузичи установи, у якій працює психолог;
- розробляти програми, адекватно підбирати методи психологічної профілактики;
- ефективно застосовувати різноманітні методи і прийоми психопрофілактичної роботи;

- визначати групи ризику серед різних вікових категорій населення, що потребують цілеспрямованої психопрофілактичної допомоги;
- ефективно застосовувати індивідуальні та групові форми психопрофілактичної роботи;
- самостійно здійснювати контроль ефективності реалізованих психопрофілактичних заходів для надання психологічної допомоги людям та співтовариству.

### **Результати навчання:**

#### **Загальні компетентності (ЗК):**

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК9. Здатність працювати в команді.

ЗК12. Здатність протистояти впливам різних факторів, які можуть відволікати від досягнення мети, критично оцінювати поради та пропозиції інших, вміння діяти спираючись на свої погляди та переконання.

ЗК13. Здатність до адаптивної гнучкості як властивості приймати і пристосовуватись до зміни життєвих обставин, а також знаходити компроміс у вирішенні конфліктних ситуацій.

ЗК14. Здатність дотримуватися норм суб'єктних взаємин (уважність, підтримка, схвалення, співучасть і співпереживання) та вільно обмінюватися ідеями та оцінками.

ЗК16. Здатність розпізнавати власні емоційні стани та знаходити шляхи їх регуляції.

ЗК17. Здатність організовувати та підтримувати комунікаційну взаємодію на всіх рівнях.

ЗК18. Здатність гнучко і толерантно співпрацювати в мультиетнічному просторі.

#### **Спеціальні (фахові, предметні компетентності)**

СК6. Здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження.

СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу відповідно до запиту.

СК10. Уміння адаптуватися до нових ситуацій та здатність до професійної мобільності.

СК11. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

СК14. Здатність до рефлексії власної діяльності з метою визначення її ефективності.

#### **Програмні результати навчання (ПР):**

ПР 2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

ПР 3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР 8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефахівців.

ПР 10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.

ПР 13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові особливості.

ПР 16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

ПР 17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

ПР 23. Вміння розробляти комплекс конкретних практичних заходів щодо реалізації загальних принципів співробітництва у сфері регіональної політики та здійснення транскордонного співробітництва.

**Курс передбачає оволодіння соціальними компетентностями:** уміння планувати та розподіляти час; уміння самостійно ставити і виконувати завдання; здатність до прийняття рішень; здатність до аналізу та порівняння отриманої інформації з різних джерел; здатність до самокритики; турбота про якість виконаної роботи; здатність до письмової і усної комунікації рідною мовою; навички роботи з комп'ютером і ПЗ; дослідницькі навички; базові уявлення про процеси в суспільстві, які на сучасному етапі впливають на розуміння основних понять та явищ, які охоплює дисципліна.

Дисципліна передбачає аудиторну роботу в межах лекційних та практичних занять.

Самостійна робота передбачає роботу з рекомендованою літературою, опрацювання окремих тем і питань, роботу з першоджерелами.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться **90** годин **3,0** кредита ЄКТС.

# Програма навчальної дисципліни

## Змістовий модуль 1. Теоретичні засади психологічної профілактики як виду діяльності психолога

### Тема 1. Психологічна профілактика як окремий вид діяльності психолога.

Визначення поняття та специфічні особливості психологічної профілактики. Загальні цілі та завдання психологічної профілактики. Принципи психопрофілактики. Характеристика рівнів психологічної профілактики. Зв'язок психологічної профілактики з іншими видами діяльності психолога. Етичні та нормативні вимоги до організації і проведення психопрофілактичної роботи.

Проблеми та сучасний стан психологічної профілактики в сучасній Україні.

### Тема 2. Методика планування та організації психопрофілактичних заходів.

Предмет, суб'єкти та об'єкти психопрофілактичної роботи. Форми та методи психологічної профілактики. Планування та організація психопрофілактичних заходів. Моделі психопрофілактичних програм. Документування психопрофілактичної роботи психолога. Специфічні особливості планування та організації психопрофілактичних заходів. Планування комплексних медико-психологічних та соціально-психологічних профілактичних заходів.

### Тема 3. Сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя.

Здоров'я як наукова категорія. Холістична модель здоров'я (медична, освітня, радикально-політична). Фізичне благополуччя. Психологічне благополуччя. Соціальне благополуччя. Рівні здоров'я. Чинники впливу на здоров'я. Здоровий спосіб життя: мотивація і життєві компетентності.

### Тема 4. Проблема екстремальних впливів на психіку людини.

Екстремальні впливи на психіку: стрес та дистрес. Теорії стресу Г.Сельє, Р.Лазаруса та інших. Контроль способів і результатів діяльності. Індивідуальні типологічні особливості особистості як основа реагування на стрес та його подолання. Вплив «інформаційного голоду» на нервово-психічні функції людини. Монотонність та нервово стомлення. Проблеми адаптації і дезадаптації. Негативні та позитивні наслідки стресу для сучасної людини. Профілактичні заходи щодо попередження втому та перевтомлення дітей та дорослих.

## Змістовий модуль 2. Основні методи та напрямки психопрофілактики в роботі психолога

### Тема 5. Методи психопрофілактичної діяльності психолога.

Історія розвитку і становлення наукової психопрофілактики. Сутність основних методів психопрофілактики. Санітарна освіта. Спільні з психотерапією і психокорекції методи. (лекції, семінари, бесіди, тренінги, публікації у пресі, «круглі столи», диспути, виступи психологів на радіо та телебаченні, прес-конференції, презентації, виставки, проведення тематичних тижнів з профілактики тих чи інших проблем. Методи оздоровлення на основі мистецтва та творчості. Ментальні вправи. Трансові методи. Бібліотерапія. Ведення щоденника. Методи біологічного зворотного зв'язку.

### Тема 6. Психологічна профілактика нервово-психічних порушень та педагогічної занедбаності.

Класифікація причин виникнення нервово-психічних розладів у дитячому віці. Дисгармонія сімейного виховання і нервово-психічні розлади у дітей. Параметри виховного процесу та їх вплив на нервово-психічне здоров'я дітей. Діагностична робота з контингентами ризику. Загальна характеристика психокорекційного комплексу для дітей з нервово-психічними розладами.

Дитячі неврози.

Педагогічна занедбаність, шкільної дезадаптація та дидактогенія.

### **Тема 7. Психологічна профілактика адиктивної та суїцидальної поведінки**

Загальна характеристика адиктивної поведінки. Причини виникнення адиктивної поведінки. Вибір об'єктів адикції. Динаміка адиктивної поведінки. Загальна характеристика корекційних антиадиктивних програм.

Сучасний стан проблеми суїциду та його психопрофілактики. Визначення поняття суїцидальної поведінки. Мотиви та причини суїцидальної поведінки. Види суїциду. Суїцидальна превенція. Аналіз видів профілактики суїцидальної поведінки.

### **Тема 8. Психологічна профілактика шкідливих звичок та професійного вигорання.**

Сучасний стан проблеми поширення шкідливих звичок серед дітей та молоді. Психологічний аналіз чинників формування шкідливих звичок. Моделі психопрофілактики шкідливих звичок. Вікові особливості психологічної профілактики шкідливих звичок. Напрямки та форми профілактики шкідливих звичок серед дітей і молоді.

Визначення та причини професійного вигорання. Складові та симптоми професійного вигорання. Основні напрямки профілактики професійного вигорання. Заходи профілактики професійного вигорання. Методи психопрофілактики професійного вигорання.



## Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	Усьо- го	денна форма			Усьо- го	заочна форма		
		у тому числі				у тому числі		
		л	п	срс		л	п	срс
1	2	3	4	6	7	8	9	11
<b>Змістовий модуль 1. Теоретичні засади психопрофілактичної діяльності психолога</b>								
Психологічна профілактика як окремий вид діяльності психолога	9	2	1	6	11	1	-	10
Методика планування та організації психопрофілактичних засобів	9	2	1	6	10	-	-	10
Сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя	9	2	2	6	11	1	-	10
Проблема екстремальних впливів на психіку людини.	9	2	2	6	10	-	-	10
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	<b>42</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>40</b>
<b>Змістовий модуль 2. Основні методи та напрямки психопрофілактики в роботі психолога</b>								
Методи психопрофілактичної діяльності психолога.	10	2	2	6	10	2	-	8
Психологічна профілактика нервово-психічних порушень та педагогічної занедбаності.	10	2	2	6	9	1	-	8
Психологічна профілактика адиктивної та суїцидальної поведінки	10	2	2	6	9	1	-	8
Психологічна профілактика шкідливих звичок та професійного вигорання.	9	2	1	6	10	-	2	8
<b>Контрольний захід (контрольна робота)</b>	5	-	1	4	10	-	-	10
<b>Індивідуальна робота (реферат)</b>	10	-	-	10	-	-	-	-
<b>Разом за змістовим модулем 2.</b>	<b>54</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>38</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>42</b>
<b>Всього годин</b>	<b>90</b>	<b>16</b>	<b>14</b>	<b>60</b>	<b>90</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>82</b>

## Теми семінарських (практичних) занять

№ з/п	Назва теми	К-сть годин
		ДФН
1.	<p><b>Психологічна профілактика як окремий вид діяльності практичного психолога</b></p> <p>На практичному занятті розглядаються питання щодо психологічної профілактики як одного з видів діяльності психолога; цілей та завдань, принципів, етичних форм та вимог до організації та проведення психопрофілактики.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Визначення поняття та специфічні особливості психологічної профілактики.</li> <li>2. Загальні цілі та завдання психологічної профілактики.</li> <li>3. Принципи психопрофілактики.</li> <li>4. Характеристика рівнів психологічної профілактики.</li> <li>5. Етичні та нормативні вимоги до організації і проведення психопрофілактичної роботи.</li> </ol> <p>Література: [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 12; 13].</p>	1
2.	<p><b>Методика планування та організації психопрофілактичних заходів.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предмет, суб'єкти та об'єкти психопрофілактичної роботи.</li> <li>2. Форми та методи психологічної профілактики.</li> <li>3. Планування та організація психопрофілактичних заходів. Моделі психопрофілактичних програм.</li> <li>4. Документування психопрофілактичної роботи психолога. Специфічні особливості планування та організації психопрофілактичних заходів. Планування комплексних медико-психологічних та соціально-психологічних профілактичних заходів.</li> </ol> <p>Література: [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 12; 13].</p>	1
3.	<p><b>Сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здоров'я як наукова категорія.</li> <li>2. Холістична модель здоров'я (медична, освітня, радикально-політична).</li> <li>3. Фізичне благополуччя. Психологічне благополуччя. Соціальне благополуччя.</li> <li>4. Рівні здоров'я. Чинники впливу на здоров'я. Здоровий спосіб життя: мотивація і життєві компетентності.</li> </ol> <p>Література: [1, 2, 5, 6, 10, 11, 22, 26].</p>	2
4.	<p><b>Проблема екстремальних впливів на психіку людини.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Екстремальні впливи на психіку: стрес та дистрес. Теорії стресу Г.Сельє, Р.Лазаруса та інших.</li> <li>2. Контроль способів і результатів діяльності. Індивідуальні типологічні особливості особистості як основа реагування на стрес та його подолання.</li> <li>3. Вплив «інформаційного голоду» на нервово-психічні функції людини. Монотонність та нервове стомлення.</li> <li>4. Проблеми адаптації і дезадаптації.</li> <li>5. Профілактичні заходи щодо попередження втому та перевтомлення дітей та дорослих.</li> </ol> <p>Література : [1, 4, 6, 10, 34, 43].</p>	2

5.	<p><b>Методи психопрофілактичної діяльності психолога.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія розвитку і становлення наукової психопрофілактики.</li> <li>2. Сутність основних методів психопрофілактики: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Санітарна освіта.</li> <li>• Спільні з психотерапією і психокорекції методи. (лекції, семінари, бесіди, тренінги, публікації у пресі, «круглі столи», диспути, виступи психологів на радіо та телебаченні, прес-конференції, презентації, виставки, проведення тематичних тижнів з профілактики тих чи інших проблем.</li> <li>• Методи оздоровлення на основі мистецтва та творчості.</li> <li>• Ментальні вправи. Трансові методи.</li> </ul> </li> </ol> <p>Література: 1, 2, 6, 10, 11, 17, 43.</p>	2
6.	<p><b>Психологічна профілактика нервово-психічних розладів та педагогічної занедбаності.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Класифікація причин виникнення нервово-психічних розладів у дитячому віці.</li> <li>2. Дисгармонія сімейного виховання і нервово-психічні розлади у дітей. Параметри виховного процесу та їх вплив на нервово-психічне здоров'я дітей.</li> <li>3. Діагностична робота з контингентами ризику. Загальна характеристика психокорекційного комплексу для дітей з нервово-психічними розладами.</li> <li>4. Дитячі неврози.</li> </ol> <p>Література : 1, 3, 7, 9, 12.</p>	2
7.	<p><b>Психологічна профілактика адиктивної та суїцидальної поведінки.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальна характеристика адиктивної поведінки.</li> <li>2. Причини виникнення адиктивної поведінки. Вибір об'єктів адикції. Динаміка адиктивної поведінки.</li> <li>3. Загальна характеристика корекційних антиадиктивних програм.</li> <li>4. Сучасний стан проблеми суїциду та його психопрофілактики. Визначення поняття суїцидальної поведінки.</li> <li>5. Мотиви та причини суїцидальної поведінки. Види суїциду. Суїцидальна превенція. Аналіз видів профілактики суїцидальної поведінки.</li> </ol> <p>Література : 1, 2, 10, 22, 28, 32, 33, 45, 46.</p>	2
8.	<p><b>Психологічна профілактика шкідливих звичок та професійного вигорання.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сучасний стан проблеми поширення шкідливих звичок серед дітей та молоді.</li> <li>2. Психологічний аналіз чинників формування шкідливих звичок.</li> <li>3. Моделі психопрофілактики шкідливих звичок.</li> <li>4. Вікові особливості психологічної профілактики шкідливих звичок. Напрямки та форми профілактики шкідливих звичок серед дітей і молоді.</li> <li>5. Визначення та причини професійного вигорання. Складові та симптоми професійного вигорання. Основні напрямки профілактики професійного вигорання. Заходи профілактики професійного вигорання. Методи психопрофілактики професійного вигорання.</li> </ol> <p>Література : 1, 2, 3, 10, 22, 32, 33.</p>	1
9.	<p><b>Контрольний захід (контрольна робота)</b></p>	1
<b>Разом за семестр</b>		<b>14</b>

№ з/п	Назва теми	К-сть годин
		<b>ЗФН</b>
1.	<p><b>Психологічна профілактика шкідливих звичок та професійного вигорання.</b></p> <p>1. Сучасний стан проблеми поширення шкідливих звичок серед дітей та молоді.  2. Психологічний аналіз чинників формування шкідливих звичок.  3. Моделі психопрофілактики шкідливих звичок.  4. Вікові особливості психологічної профілактики шкідливих звичок. Напрямки та форми профілактики шкідливих звичок серед дітей і молоді.  5. Визначення та причини професійного вигорання. Складові та симптоми професійного вигорання. Основні напрямки профілактики професійного вигорання. Заходи профілактики професійного вигорання. Методи психопрофілактики професійного вигорання.</p> <p>Література : 1, 2, 3, 10, 22, 32, 33.</p>	2
	<b>Всього за семестр (годин):</b>	<b>2</b>

## Заняття 1. Практична робота

**ТЕМА: Психологічна профілактика як окремий вид діяльності практичного психолога**

1. Визначення поняття та специфічні особливості психологічної профілактики.
2. Загальні цілі та завдання психологічної профілактики.
3. Принципи психопрофілактики.
4. Характеристика рівнів психологічної профілактики.
5. Етичні та нормативні вимоги до організації і проведення психопрофілактичної роботи.

**Вивчити основні поняття:** соціально-психологічна профілактика, профілактична діяльність, форми психопрофілактичної роботи, напрямки психопрофілактичної роботи, методи психологічної профілактики.

**Контрольні запитання для підготовки до практичного заняття:**

### Теоретична частина

1. В яких нормативних документах регламентовані основні види діяльності психолога?
2. В чому полягає головна мета психопрофілактичної діяльності психолога?
3. Чи є діагностика і профілактика міждисциплінарною наукою?
4. Які завдання постають перед даною дисципліною?
5. Розкрийте сутність поняття «метод психологічної профілактики».
6. В чому різниця між психологічною профілактикою та психотерапією? Що в них спільного?

### Практична частина

1. Скласти схему структури психологічної профілактики.
2. Навести приклади первинної та ранньої діагностики особистості.
3. Охарактеризувати загальні цілі і завдання психологічної профілактики.
4. Розкрити зміст кожної з форм психопрофілактики.
5. Розкрити значення терміну «психопрофілактика».

### Тестові завдання

#### 1. Психопрофілактика – це:

- 1) це розділ загальної профілактики, що включає сукупність заходів, які забезпечують психічне здоров'я, охоплює профілактику особистих і професійних криз, попередження, виникнення і поширення нервово-психічних захворювань;
- 2) це використання методів психологічного впливу для лікування хворого, для покращення почуття психологічного благополуччя клієнта;
- 3) сфера практичної професійної діяльності психолога, пов'язана з наданням допомоги потребуючим їй людям у вигляді порад, рекомендацій щодо вирішення життєвих психологічних проблем;
- 4) доцільно організована система психологічних впливів, спрямованих на зміну визначених особливостей (властивостей процесів, станів, ознак) психіки, які грають важливу роль у прояві хвороб, у їх патогенезі.

#### 2. Термін «профілактика» в перекладі з грецької означає:

- 1) профілактичний;
- 2) запобіжний;
- 3) превентивний;
- 4) лікувальний.

#### 3. Планування та організація психопрофілактичної роботи може здійснюватись за такою схемою:

- 1) 1. Діагностика і прогнозування стану психопрофілактичної роботи в даній організації, установі, навчальному закладі тощо;
2. Визначення мети і завдань психопрофілактичної роботи;

3. Організація, виконання та облік-контроль психопрофілактичних заходів.
4. Розробка плану психопрофілактичної роботи.

- 2) 1. Визначення мети і завдань психопрофілактичної роботи;
2. Розробка плану психопрофілактичної роботи;
3. Діагностика і прогнозування стану психопрофілактичної роботи в даній організації, установі, навчальному закладі тощо;
4. Організація, виконання та облік-контроль психопрофілактичних заходів.

- 3) 1. Діагностика і прогнозування стану психопрофілактичної роботи в даній організації, установі, навчальному закладі тощо;
2. Визначення мети і завдань психопрофілактичної роботи;
3. Розробка плану психопрофілактичної роботи;
4. Організація, виконання та облік-контроль психопрофілактичних заходів.

- 4) 1. Розробка плану психопрофілактичної роботи;
2. Організація, виконання та облік-контроль психопрофілактичних заходів.
3. Визначення мети і завдань психопрофілактичної роботи;
4. Діагностика і прогнозування стану психопрофілактичної роботи в даній організації, установі, навчальному закладі тощо;

#### **4. Згідно класифікації ВООЗ, розрізняють три рівні психопрофілактики:**

- 1) первинна, вторинна і третинна;
- 2) первинна, вторинна і рання;
- 3) первинна та вторинна.

#### **5. Яке з тверджень не відповідає дійсності:**

- 1) психолог має право і повинен здійснювати психопрофілактичні заходи лише в межах своєї професійної компетенції;
- 2) психолог не може залучати до організації та проведення психопро-них заходів інших осіб ;
- 3) психолог може розглянути лише психологічні аспекти профілактики.

#### **6. Загальна профілактика припускає здійснення ряду попереджувальних заходів, спрямованих на:**

- 1) запобігання виникнення тих або інших проблем у недалекому майбутньому;
- 2) попередження тієї чи іншої проблеми безпосередньо перед її виникненням;
- 3) обидва варіанти відповідей є правильними.

#### **7. Вторинна психопрофілактика включає в себе комплекс:**

- 1) соціальних та медичних заходів;
- 2) психогігієнічних та соціальних заходів;
- 3) психогігієнічних, медичних та соціальних заходів;
- 4) психогігієнічних, медичних та культурних.

#### ***Завдання для самостійного опрацювання***

1. Переодичні видання з психології, психотерапії, психокорекції, тренінгової роботи, що виходять в Україні.
2. Вимоги до психолога, що здійснює психокорекційні заходи.
3. Психологічні проблеми клієнтів та причини їх виникнення.
4. Принципи складання психокорекційних програм. Види корекційних програм. Вимоги до складання психокорекційних програм. Оцінка ефективності корекційних заходів.
5. Специфічні особливості планування та організації психопрофілактичних заходів.
6. Планування комплексних медико-психологічних та соціально-психологічних профілактичних заходів.

### **Теми доповідей і рефератів**

1. Становлення та розвиток психологічної профілактики.
2. Принципи психопрофілактики.
3. Загальна та спеціальна профілактики.
4. Нормативні вимоги до проведення психопрофілактичної роботи.

**Рекомендована література:** [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 12; 13].

## **Заняття 2. Практична робота**

### **ТЕМА: Сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя**

1. Холістична модель здоров'я. Фізичне благополуччя; Психологічне благополуччя; Соціальне благополуччя.
2. Рівні здоров'я.
3. Чинники впливу на здоров'я.
4. Здоровий спосіб життя: мотивація і життєві компетентності.

*Вивчити основні поняття:* здоров'я фізичне, духовне, психічне, психологічне, благополуччя, щастя, спосіб життя, чинники здоров'я, ЗСЖ.

#### **Контрольні запитання для підготовки до практичного заняття:**

##### **Теоретична частина**

1. Висвітліть холістичну модель здоров'я.
2. Що являє собою фізичне благополуччя? Психологічне благополуччя? Соціальне благополуччя? Висвітліть їх ознаки.
3. Які на даний час описані рівні здоров'я особистості?
4. Дайте визначення поняття суб'єктивне благополуччя.
5. Яка структура суб'єктивного благополуччя особистості?
6. Охарактеризуйте чинники суб'єктивного благополуччя особистості.
7. Підберіть діагностичний інструментарій та презентуйте можливості діагностики суб'єктивного благополуччя.
8. Як Ви розумієте категорію «щастя»? Що це означає особисто для Вас? Яким чином можна організувати психопрофілактичну роботу по даним питанням?
9. Які існують особливості ведення ЗСЖ в різних вікових періодах?
10. Як між собою пов'язані мотивація і життєві компетентності до ведення ЗСЖ?

Перевірка виконання самостійної роботи.

##### **Практична частина**

1. Скласти план, на основі якого буде проводитися психопрофілактична робота з розвитку та формування ЗСЖ.
2. Обгрунтуйте коло завдань та основні напрямки психопрофілактичної роботи психолога по розвитку ЗСЖ різних категорій населення (діти різного віку, молодь, дорослі, літні люди).
3. Поміркуйте над технологією психопрофілактичної роботи по питанням ЗСЖ.
4. Опрацювати та укласти перелік діагностичних методик для дослідження здоров'я та ЗСЖ.
5. Апробація тренінгу «Ми за здоровий спосіб життя».

#### **Тестові завдання.**

##### **1. Здоров'я – це:**

- 1) стан динамічної рівноваги;

- 2) фізичний стан;
- 3) психологічне і соціальне благополуччя;
- 4) відсутність хвороб.

## **2. Абсолютно здоровий – це:**

- 1) організм підтримує всі показники в межах фізіологічної норми;
- 2) сукупність типових для людини видів життєдіяльності;
- 3) стан організму, при якому всі органи і системи функціонують ідеально;
- 4) патологічний процес.

## **3. Порушення адаптації – в результаті тривалого впливу несприятливих факторів в організмі:**

### **5. Встановіть відповідність:**

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| – 1 Тривалість людського життя | 1. патологічний процес                              |
| – 2. Рівень життя              | 2 категорія, яка визначає рівень задоволення життям |
| – 3. Якість життя              | 3. розглядається в трьох вимірах                    |
| – 4. Хвороба                   | 4. економічна категорія                             |

### **6. Спосіб життя – це:**

- 1) піклуватися про гігієну тіла, одягу і вдома;
- 2) вживати різноманітну їжу;
- 3) можливості організму покращувати самопочуття;
- 4) сукупність типових для людини видів життєдіяльності.

### **7. Спосіб життя характеризується:**

- 1) особливостями поведінки на відпочинку;
- 2) звичками;
- 3) особливостями поведінки на роботі;
- 4) особливостями поведінки в побуті.

### **8. Які звички підвищують захисні можливості організму і покращують самопочуття і здоров'я:**

- 1) сон;
- 2) вживання різноманітної їжі;
- 3) виконання фізичних вправ;
- 4) відмовитися від шкідливих звичок;
- 5) пити достатньо рідини.

### **9. Фактори, які сприяють здоров'ю:**

- 1) особиста відповідальність за своє життя;
- 2) високий рівень самоповаги;
- 3) знання форм поведінки;
- 4) спеціальні та життєві навички.

### **10. Науково доведено, що люди, які ведуть здоровий спосіб життя, зазвичай:**

- 1) порушується система саморегуляції;
- 2) накопичуються токсичні речовини;
- 3) знижується активність захисних сил;
- 4) здатність витримувати навантаження і за рахунок внутрішніх резервів.

### **4. Передхвороба:**

- 1) накопичуються дезадаптаційні зміни;
- 2) виникає імунодефіцит;
- 3) порушується обмін речовин;
- 4) наростає втомлюваність та ризик виникнення захворювань.

- 1) часто хворіють;
- 2) живуть довше;
- 3) більш повно реалізують себе;
- 4) отримують більше задоволення від життя.

### **11. Серед навичок, необхідних для здорового способу життя, дуже важливі:**

- 1) навички постановки мети;
- 2) шкідливі звички;
- 3) розробка планів;
- 4) досягнення мети.

### **12. Захворювання, що позначається на всіх складових здоров'я:**

- 1) інфекційні;
- 2) шкідливі звички та алкоголізм;
- 3) паління;
- 4) наркоманія.

### **13. Гіподинамія, це:**

- 1) брак вітамінів;
- 2) надмірне харчування;
- 3) підвищена рухливість;
- 4) знижена рухливість.

### **14. Основний чинник здоров'я людини:**

- 1) спадковість;
- 2) охорона здоров'я;
- 3) спосіб життя;
- 4) відсутність хвороб.



**Завдання для самостійного опрацювання:**

1. Здоровий спосіб життя: мотивація і життєві компетентності.
2. Формування і розвиток ЗСЖ.
3. Моделі здоров'я.

**Теми доповідей і рефератів:**

1. Здоров'я як цінність.
2. Історія наук про здоров'я.
3. Вплив мотивації на формування ЗСЖ.

**Рекомендована література: [1, 2, 5, 6, 10, 11, 22, 26].**

### **Заняття 3. Практична робота**

#### **Тема: Проблема екстремальних впливів на психіку людини.**

1. Екстремальні впливи на психіку та стрес: еустрес та дістрес.
2. Вплив «інформаційного голоду» на нервово-психічні функції людини.
3. Монотонність і нервово стомлення.
4. Проблема адаптації та дезадаптації.

**Вивчити основні поняття:** екстремальні ситуації, негативний стрес, позитивний стрес, нервово-психічна напруга, розслаблення, втома, перевтома, «інформаційний голод», адаптація, дезадаптація.

**Контрольні запитання для підготовки до практичного заняття:**

**Теоретична частина**

1. Що вам відомо про історію теорії Ганса Сельє?
2. Який сенс ми можемо вкладати в поняття «стрес» та в яких значеннях цей термін використовується сьогодні ?
3. Що таке стресори і як вони впливають на нервово-психічне здоров'я?
4. Чим відрізняється поняття «Інформаційний голод» від поняття «Сенсорний голод»?
5. Який зв'язок між монотонністю і нервовим стомленням?
6. Які відомі зовнішні ознаки перевтоми ? (перелічити та прокоментувати).
7. У чому суть дитячої проблеми адаптації?
8. Перерахуйте профілактичні заходи щодо попередження стомлення і перевтоми у дітей і дорослих.

**Практична частина**

1. Скласти рекомендації юнацтву для запобігання негативної дії стресу на людину.
2. Скласти рекомендації юнацтву для підвищення стресостійкості та підвищення опірності стрес-факторам.

**Тестові завдання:**

**1. Важить фактори переходу стресу в еустрес:**

- а) позитивний емоційний фон;
- б) наявність достатніх ресурсів для подолання стресу;
- в) узгодження дій індивіда зі сторони соціального середовища;

- г) досвід вирішення подібних проблем в минулому та позитивне передбачення майбутнього;
- д) усі відповіді вірні.

**2. Вкажіть приклад "психологічного стресу":**

- а) реакція запалення після опіку;
- б) хвороба, викликана вірусною інфекцією;

- в) підвищення артеріального тиску після сімейної сварки;
- г) травма, пов'язана з падінням;
- д) немає правильної відповіді.

**3. Вкажіть приклад "психологічного стресу":**

- а) хвороба, викликана бактеріальною інфекцією;
- б) втрата 3-х кілограмів за 3 дні після звістки про раптове смертельне захворювання близької людини;
- в) стан після рентгенівського опромінення;
- г) всі відповіді вірні;
- д) немає вірної відповіді.

**4. Вкажіть приклад «психологічного стресу»:**

- а) хвороба, викликана вірусною інфекцією;
- б) підвищення артеріального тиску після сімейної сварки;
- в) стан після опіку хімічною речовиною;
- г) всі відповіді вірні;
- д) немає вірної відповіді.

**5. Вкажіть фактор, від якого не залежить характер впливу стресу на людину:**

- а) характер стресора;
- б) інтенсивність стресу;
- в) тривалість стресу;
- г) індивідуальна сприйнятливості конкретної людини до даного стресора;
- д) немає правильної відповіді.

**6. Вкажіть фактори переходу стресу в еустрес:**

- а) негативний емоційний фон;
- б) наявність достатніх ресурсів для подолання стресу, узгодження дій індивіда зі сторони соціального середовища;
- в) досвід вирішення подібних проблем в минулому та позитивне передбачення майбутнього;
- г) відповіді а) і б) вірні;
- д) відповіді б) і в) вірні.

**7. Вкажіть фактори переходу стресу в еустрес:**

- а) позитивний емоційний фон;
- б) наявність достатніх ресурсів для подолання стресу;
- в) узгодження дій індивіда зі сторони соціального середовища;
- г) досвід вирішення подібних проблем в минулому та позитивне передбачення майбутнього;
- д) усі відповіді вірні.

**8. До особистісних особливостей, що обтяжують наслідки стресу відносять:**

- а) нейротизм, підвищену агресивність;
- б) хронічну тривожність;
- в) схильність до мотиваційних конфліктів і конфліктів інтимноособистісного характеру;
- г) відповіді а), б) і в) вірні;
- д) відповіді б) і в) вірні.

**9. До факторів соціально-виробничої природи, що впливають на стійкість індивіда до психоемоційного стресу відносяться:**

- а) соціальні перемини; падіння особистого престижу; підвищена відповідальність за роботу;
- б) значне переважання інтелектуальної праці; відсутність елементів творчості в роботі;
- в) постійний дефіцит часу; порушення режиму праці та відпочинку;
- г) всі відповіді вірні;
- д) відповіді а) і в).

**10. До якої групи об'єктивних причин стресу можна віднести техногенні катастрофи?**

- а) до умов життя і роботи;
- б) до міжособистісних факторів;
- в) до політичних і економічних факторів;
- г) до надзвичайних обставин;
- д) немає правильної відповіді.

**11. До якої групи потреб, згідно А. Маслоу, відноситься стрес, спричинений нерозділеним коханням?**

- а) фізіологічні потреби;
- б) безпеки і стабільності;
- в) належності і любові;
- г) поваги і визнання;
- д) самореалізації.

**13. До якої групи суб'єктивних причин стресу можна віднести стрес від невміння насолоджуватися часом?**

- а) стрес через неможливість реалізації актуальної потреби;
- б) стрес, пов'язаний з неправильною комунікацією;
- в) стрес від неадекватної реалізації умовних рефлексів;
- г) стрес від невміння поводитися з часом;
- д) всі відповіді вірні.

**14. До якої області каузальної класифікації стресів відноситься страх темноти?**

- а) до області конструктивних дій;

- б) до області мудрого прийняття;
- в) до області суб'єктивних стресів;
- г) до області саморегуляції;
- д) немає правильної відповіді.

**15. До якої форми прояву стресу відноситься порушення концентрації уваги?**

- а) до поведінкової;
- б) до інтелектуальної;
- в) до зміни загального емоційного фону;
- г) до змін в характері;
- д) до біохімічних змін.

**16. Коли людина попадає у стресову ситуацію і намагається адаптуватися до впливу стресу, цей процес, згідно з Г. Сельє, проходить певні фази, а саме:**

- а) фазу тривоги і фазу адаптації;
- б) фазу виснаження;
- в) відповіді а) і б) одночасно;
- г) фазу абстиненції і фазу виснаження;
- д) немає правильної відповіді.

**17. Коли людина попадає у стресову ситуацію і намагається адаптуватися до впливу стресу, цей процес, згідно з Г. Сельє, проходить певні фази. Що з перелічених, не належить до цих фаз?**

- а) фаза тривоги;
- б) фаза резистентності;
- в) фаза абстиненції;
- г) фаза виснаження;
- д) немає правильної відповіді.

**18. На якій стадії розвитку стресу найбільш імовірний перехід стресу у хворобу?**

- а) тривоги;
- б) адаптації;
- в) виснаження;
- г) на кожній стадії;
- д) немає правильної відповіді.

**19. Назвіть чинники, властиві переходу початкового стресу в дистрес:**

- а) емоціонально-когнітивні чинники: недостатньо потрібної інформації, негативний прогноз ситуації, відчуття безпорадності перед проблемою, що виникла, і т.д.;
- б) переважаюча сила стресу над адаптаційними можливостями організму;
- в) велика тривалість стресорного впливу, що призводить до виснаження адаптаційного ресурсу;
- г) всі відповіді вірні;

- д) немає правильної відповіді.

**20. Перша фаза суб'єктивних переживань першої стадії тривоги триває**

- а) 11 діб;
- б) 2 доби;
- в) декілька місяців;
- г) декілька тижнів;
- д) від декількох хвилин до декількох годин.

**21. При яких умовах можна перебудувати свій життєвий сценарій?**

- а) усвідомлення людиною наявності такого сценарію;
- б) сильної мотивації для його зміни;
- в) оволодіння певними навичками саморегуляції;
- г) при а), б) і в) одночасно;
- д) немає правильної відповіді.

**22. У яких трьох значеннях в сучасній науковій літературі використовується термін «стресс»?**

- а) поняття стрес може визначатися як будь-які зовнішні стимули чи події, які викликають у людини напругу або збудження («стресор», «стрес-фактор»);
- б) стрес може відноситися до суб'єктивної реакції і в цьому значенні він відображає внутрішній психічний стан напруги і збудження; цей стан інтерпретується як емоції, оборонні реакції і процеси подолання (coping processes), що відбуваються в самій людині;
- в) стрес це фізична реакція організму на вимогу або шкідливий вплив;
- г) всі відповіді вірні;
- д) немає правильної відповіді.

**23. Що спільного у біологічного та психологічного стресу?**

- а) участь гормонів наднирників;
- б) важливий вплив на соціальний статус людини;
- в) наявність реальної загрози для життя і здоров'я;
- г) нечіткі часові рамки;
- д) немає правильної відповіді.

**24. Яка з перелічених умов сприяє переходу стресу в еустрес?**

- а) надмірна сила стресу;
- б) велика тривалість стресорного впливу;
- в) схвалення дій індивіда зі сторони соціального середовища;

- г) брак потрібної інформації;
- д) немає правильної відповіді.

**Завдання для самостійного опрацювання:**

1. Негативні та позитивні наслідки стресу для сучасної людини.

**Теми доповідей і рефератів**

1. Шлях в науку Ганса Сельє.
2. Професійний стрес та робоча активність людини.

Рекомендована література: [1, 4, 6, 10, 34, 43].

## **Заняття 4. Практична робота**

### **Тема: Методи психопрофілактичної діяльності психолога.**

**1. Основні групи методів психопрофілактики:**

- Санітарна освіта.
  - Спільні з психотерапією і психокорекції методи. (лекції, семінари, бесіди, тренінги, публікації у пресі, «круглі столи», диспути, виступи психологів на радіо та телебаченні, прес-конференції, презентації, виставки, проведення тематичних тижнів з профілактики тих чи інших проблем (наприклад, наркоманії, злочинності тощо).
  - Методи оздоровлення на основі мистецтва та творчості.
  - Ментальні вправи.
  - Трансові методи.
  - Бібліотерапія.
  - Ведення щоденника.
  - Методи біологічного зворотного зв'язку.
2. Організація психопрофілактичної роботи у дошкільних навчально-виховних закладах.
  3. Зміст і завдання психопрофілактичної роботи шкільного психолога.
  4. Особливості психопрофілактичної роботи молодших класів
  5. Особливості психопрофілактичної роботи старших класів

**Вивчити основні поняття:** психопрофілактична діяльність, гармонійний розвиток, форми психопрофілактики, шкільна психологічна служба, психологічна просвіта, психологічне консультування, періодизація психічного розвитку.

**Контрольні запитання для підготовки до практичного заняття:**

**Теоретична частина**

1. З якою метою проводиться психопрофілактична робота у дошкільних навчально-виховних закладах ?
2. В чому полягає зміст психопрофілактичної роботи шкільного психолога?
3. Які особливості психопрофілактичної роботи у молодших класах?
4. Які суттєві відмінності відзначаються в ході проведення психопрофілактичної роботи у молодших та старших класах?
5. Яким чином можна організувати психопрофілактичну роботу у дошкільних навчально-виховних закладах?

**Практична частина**

1. Скласти план, на основі якого буде проводитися психопрофілактична робота.
2. Обгрунтуйте коло завдань психопрофілактичної роботи шкільного психолога.

3. Поміркуйте над технологією психопрофілактики.
4. Розкрийте суть загального принципу профілактичної роботи.

### **Тестові завдання**

#### **1. Психопрофілактична робота у дошкільних навчально-виховних закладах покликана для розв'язання таких першочергових завдань:**

- 1) забезпечення психологічних умов, необхідних для повноцінного психічного розвитку, гармонійного формування особистості дитини; своєчасне виявлення факторів, що можуть призвести до відхилень у інтелектуальному, емоційному розвитку, особистісному, поведінковому розвитку дошкільника;
- 2) створення комфортних умов для цікавого, розумового та активного дозвілля дітей, а також прищеплення їм інтересу до здорового способу життя;
- 3) організація та проведення профілактичної та оздоровчої роботи, спрямованої на розвиток ресурсів здоров'я, створення умов для формування.

#### **2. Що не відносять до основних форм психопрофілактики:**

- 1) лекції;
- 2) бесіди;
- 3) семінари;
- 4) доповіді;
- 5) анкетування.

#### **3. Психопрофілактична робота шкільної психологічної служби визначається:**

- 1) віком дітей;
- 2) характером дітей;
- 3) поведінкою дітей;
- 4) особливостями дітей.

#### **4. Практичний психолог ставить собі за мету:**

- 1) допомогти у розв'язанні вже існуючої проблеми;

#### **Завдання для самостійного опрацювання:**

1. Бібліотерапія.
2. Ведення щоденника.
3. Методи біологічного зворотного зв'язку.

#### **Теми доповідей і рефератів**

1. Диспут як форма психопрофілактичної діяльності практичного психолога.

- 2) попередити виникнення і загострення проблеми;
- 3) не допустити рецидивів проблеми.

#### **5. На що спрямовані масові заходи в ході яких, як правило, здійснюється психологічна просвіта:**

- 1) спрямовані на підвищення психологічної культури населення;
- 2) вироблення адекватного уявлення про психологію та особливості надання допомоги соціально-психологічними службами;
- 3) формування психологічної компетентності людей з метою розширення їхніх можливостей самостійно розв'язувати проблеми й конфлікти в особистому житті та професійній діяльності;
- 4) всі варіанти, вище зазначених відповідей, є правильними;
- 5) жоден з варіантів не є правильним.

#### **6. Яке з запропонованих тверджень не відповідає дійсності:**

- 1) психолог оптимізує форми спілкування у педагогічному колективі, проте не сприяє поліпшенню спілкування педагогів з учнями, батьків з дітьми та учнів між собою;
- 2) психолог веде роботу зі створення сприятливого психологічного клімату в школі;
- 3) психолог запобігає попередженню можливих ускладнень при переході учнів на наступний віковий етап.

#### **7. Психопрофілактична робота шкільної психологічної служби охоплює :**

- 1) педагогів та школярів;
- 2) батьків та школярів;
- 3) школярів, педагогів та батьків;
- 4) виключно школярів.

2. Психолого-педагогічний консилиум.
3. Етапи профілактичної діяльності психолога.

**Рекомендована література: 1, 2, 6, 10, 11, 17, 43.**

## **Заняття 5. Практична робота**

**Тема: Психопрофілактика нервово-психічних порушень та педагогічної занедбаності**

1. Причини виникнення нервово-психічних розладів у дитячому віці; їх класифікація.
2. Визначення поняття та ознаки педагогічної занедбаності.
3. Профілактика шкільної дезадаптації.
4. Дитячі неврози: сутність. Основні причини та наслідки.
5. Дидактогенія як різновид шкільного неврозу.
6. Напрямки та методи профілактики дидактогенії.

**Вивчити основні поняття:** неврози, неврозоподібні стани, нервово-психічні розлади, дезадаптація, негативізм, ятрогенії, дидактогенії, педагогічна занедбаність, дисгармонійна сім'я, дисгармонійне виховання.

**Контрольні запитання для підготовки до практичного заняття:**

### **Теоретична частина**

1. В чому може проявлятися та чим є небезпечною шкільна дезадаптація?
2. Які умови ефективної організації профілактики шкільної дезадаптації?
3. Які особливості психологічної роботи з асоціальними особами?
4. Охарактеризуйте дитячий негативізм.
5. Які умови ефективності психологічної роботи з школярами, в яких спостерігаються явні ознаки шкільної дезадаптації?
6. Які підходи передбачає психопрофілактика шкільної дезадаптації?
7. Які механізми шкільної дезадаптації проявляються на педагогічному та психологічному рівнях?

### **Практична частина**

1. Розробіть семінар-практикум для профілактики проявів шкільної дезадаптації (на вибір) в школі.
2. *Аналіз практичних ситуацій:*
  1. Батьки звернулися до психолога у зв'язку з підозрою у систематичному вживанні сином, який навчається у одинадцятому класі алкогольних напоїв.
  3. *Визначте стратегію діагностичної та консультативної роботи.*
    1. До психолога звернулася класний керівник з проханням провести психологічну роботу з учнем 10-го класу, який систематично «зриває» уроки, вживає алкогольні напої та часто прогулює школу. Означте проблему, якою працюватиме психолог. Виокреміть методи роботи з учнем.
    2. До психолога звернулася дівчина 17-ти років з проблемою відсутності сенсу життя через те, що її покинув хлопець. Оберіть стратегію допомоги дівчині.

### **Тестові завдання**

**1. Група захворювань, в основі яких лежать тимчасові зворотні порушення психіки функціонального характеру, зумовлені перевантаженням основних нервових процесів — збудження та гальмування- це**

- 1) психопатія;
- 2) невроз;
- 3) фобія;
- 4) поганий настрій.

**2. Відхилення від норми в моральній свідомості, поведінці та навчанні дитини, зумовлені недоліками виховання у сім'ї, дошкільних закладах, школі – це**

- 1) педагогічна занедбаність;
- 2) занедбаність;
- 3) дидактогенія;
- 4) перевантаження.

**3. Педагогічна занедбаність проявляється на трьох основних рівнях:**

- 1) спонукальний, особистісний та пізнавальний;
- 2) поведінковий, мотиваційний та пізнавальний;
- 3) поведінковий, особистісний та пізнавальний;
- 4) поведінковий, соціальний та пізнавальний.

**4. Утворення неадекватних механізмів пристосування дитини до школи у формі порушення навчання, поведінки, конфліктних стосунків, психогенних захворювань та реакцій, підвищеного рівня тривожності, відхилень в особистісному розвитку називається:**

- 1) неслухняністю;
- 2) шкільною дезадаптацією ;
- 3) непристосованістю;
- 4) дезадаптацією

**5. Механізми шкільної дезадаптації можуть проявлятися на:**

- 1) педагогічному і психологічному рівнях;
- 2) педагогічному, психологічному і фізіологічному рівнях;
- 3) педагогічному і фізіологічному рівнях;
- 4) психологічному і фізіологічному рівнях.

**6. Терміном «дидактогенія» позначають:**

- 1) нервово-психічний розлад особистості дитини, основною причиною якого є порушення значущості для неї стосунків учитель - учень, а патогенним чинником може бути неправильна поведінка педагога;
- 2) психічну травму, джерелом якої є педагог (неповажне, несправедливе, упереджене ставлення до учня, прилюдне висміювання його відповідей, поведінки, зовнішнього вигляду, здібностей, принижуючий осуд тощо);
- 3) обидва варіанти відповідей є правильними;
- 4) невміння читати і писати.

**7. Профілактика дидактогенії включає такі напрямки:**

- 1) психологічний, психолого-педагогічний, психогігієнічний;
- 2) психологічний, психогігієнічний;
- 3) психолого-педагогічний, психогігієнічний
- 4) психологічний, психолого-педагогічний.

**8. Психопрофілактична робота шкільної психологічної служби охоплює:**

- 1) школярів, педагогів та батьків;
- 2) тільки школярів
- 3) тільки педагогів
- 4) педагогів та батьків;
- 5) школярів та педагогів.

**9. Виберіть неправильне твердження:**

- 1) Психолог стежить за дотриманням у школі психологічних умов навчання і виховання, необхідних для нормального психічного розвитку та формування особистості учнів на кожному віковому етапі.
- 2) Психолог здійснює моніторинг інтелектуального, особистісного, поведінкового розвитку школярів, проте не проводить жодних заходів з попередження порушень цього розвитку;

3) Психолог веде роботу зі створення сприятливого психологічного клімату в школі: оптимізує форми спілкування у педагогічному колективі, сприяє поліпшенню спілкування педагогів з учнями, батьків з дітьми та учнів між собою;

4) Психолог запобігає попередженню можливих ускладнень при переході учнів на наступний віковий етап (вступ дитини до школи, етап переходу з початкової школи в середню, період життєвого самовизначення: 10, 11 класи).

**Завдання для самостійного опрацювання:**

1. Педагогічна занедбаність.
2. Шкільна дезадаптація.
3. Дидактогенія.

**Теми доповідей і рефератів**

1. Психопрофілактика шкільних неврозів.
2. Методи профілактики дидактогенії.
3. Принципи та методи профілактики педагогічної занедбаності.

**Рекомендована література: [1, 3, 7, 9, 12].**

## **Заняття 6. Практична робота**

### **Тема: Психологічна профілактика адиктивної та суїцидальної поведінки**

1. Визначення поняття адиктивної поведінки, різновиди та причини її формування.
2. Психологічні прояви адикцій та принципи її психологічної профілактики.
3. Форми і методи психологічної профілактики адиктивної поведінки.
4. Сучасний стан проблеми суїциду та його психопрофілактики.
5. Визначення поняття суїцидальної поведінки.
6. Мотиви та причини суїцидальної поведінки.
7. Різновиди суїциду.
8. Суїцидальна превенція. Аналіз видів профілактики суїцидальної поведінки.

**Вивчити основні поняття:** психологічний дискомфорт, фрустрації, стрес, ПТСР, співзалежність, адикції, адиктивна поведінка, суїцид, статистика суїцидів, профілактика суїциду.

**Контрольні запитання для підготовки до практичного заняття:**

**Теоретична частина**

1. Яку поведінку прийнято називати адиктивною? Які наслідки та небезпеки вона несе для особистості та соціуму?
2. Висвітлити найбільш актуальні адикції сучасності.
3. В чому полягає специфіка антиалкогольної та антинаркотичної пропаганди?
4. В чому полягає специфіка профілактики інтернет-залежності?
5. Прокоментувати основні напрямки профілактики залежної поведінки.
6. Який зміст та форми превентивної освіти? Як грамотно її здійснювати?
7. В чому полягає сутність суїцидальних погроз?
8. Висвітліть міфи та реальність суїциду.
9. Охарактеризувати технології об'єктивної оцінки суїцидального ризику.
10. В чому полягає головна мета профілактики суїцидальної поведінки?
11. Як здійснюється психологічна допомога близька та рідним суїцидента?
12. Яким чином можна організувати психопрофілактичну роботу по даним проблемам?



## **Практична частина**

1. Скласти план, на основі якого буде проводитися психопрофілактична робота (адикції та суїцид).
2. Обґрунтуйте коло завдань психопрофілактичної роботи практичного психолога (в школі, на виробництві, в університеті).
3. Поміркуйте над технологією психопрофілактики.
4. Розкрийте суть загального принципу профілактичної роботи.

## **Тестові завдання**

### **1. Психопрофілактична робота у дошкільних навчально-виховних закладах покликана для розв'язання таких першочергових завдань:**

- 1) забезпечення психологічних умов, необхідних для повноцінного психічного розвитку, гармонійного формування особистості дитини; своєчасне виявлення факторів, що можуть призвести до відхилень у інтелектуальному, емоційному розвитку, особистісному, поведінковому розвитку дошкільника;
- 4) створення комфортних умов для цікавого, розумового та активного дозвілля дітей, а також прищеплення їм інтересу до здорового способу життя;
- 5) організація та проведення профілактичної та оздоровчої роботи, спрямованої на розвиток ресурсів здоров'я, створення умов для формування.

### **2. Що не відносять до основних форм психопрофілактики:**

- 4) лекції;
- 5) бесіди;
- 6) семінари;
- 7) доповіді;
- 8) анкетування.

### **3. Психопрофілактична робота шкільної психологічної служби визначається:**

- 5) віком дітей;
- 6) характером дітей;
- 7) поведінкою дітей;
- 8) особливостями дітей

### **4. Практичний психолог ставить собі за мету:**

- 1) допомогти у розв'язанні вже існуючої проблеми;
- 2) попередити виникнення і загострення проблеми;
- 3) не допустити рецидивів проблеми.

### **5. На що спрямовані масові заходи в ході яких, як правило, здійснюється психологічна просвіта:**

- 1) спрямовані на підвищення психологічної культури населення ;
- 2) вироблення адекватного уявлення про психологію та особливості надання допомоги соціально-психологічними службами;
- 3) формування психологічної компетентності людей з метою розширення їхніх можливостей самостійно розв'язувати проблеми й конфлікти в особистому житті та професійній діяльності;
- 4) всі варіанти, вище зазначених відповідей, є правильними;
- 5) жоден з варіантів не є правильним .

### **6. Яке з запропонованих тверджень не відповідає дійсності:**

- 1) психолог оптимізує форми спілкування у педагогічному колективі, проте не сприяє поліпшенню спілкування педагогів з учнями, батьків з дітьми та учнів між собою;
- 2) психолог веде роботу зі створення сприятливого психологічного клімату в школі;
- 3) психолог запобігає попередженню можливих ускладнень при переході учнів на наступний віковий етап.

### **7. Психопрофілактична робота шкільної психологічної служби охоплює :**

- 1) педагогів та школярів;
- 2) батьків та школярів;
- 3) школярів, педагогів та батьків;
- 4) виключно школярів.

**Завдання для самостійного опрацювання:**

1. Мотиви та причини суїцидальної поведінки. Види суїциду.
2. Суїцидальна превенція. Аналіз різновидів профілактики суїцидальної поведінки.

**Теми доповідей і рефератів**

1. Основні види діяльності практичного психолога.
2. Психолого-педагогічний консиліум.
3. Етапи профілактичної діяльності психолога.
4. Стадії зміни поведінки.

**Рекомендована література: [1; 2; 6; 22; 33; 45; 46].**

## **Заняття 7. Практична робота**

### **Тема: Психопрофілактика шкідливих звичок та професійного вигорання.**

1. Аналіз сучасного стану проблеми поширення шкідливих звичок серед дітей та молоді.
2. Моделі психопрофілактики шкідливих звичок.
3. Напрямки та форми профілактики шкідливих звичок серед дітей і молоді.
4. Умови та критерії ефективності психологічної профілактики шкідливих звичок.
5. Психопрофілактика професійного вигорання.

**Вивчити основні поняття:** звичка, шкідливі звички, негативний вплив на організм, ЗСЖ, форми психопрофілактики, моделі психопрофілактики, фактори ризику, ефективність психологічної профілактики.

**Контрольні запитання для підготовки до практичного заняття:**

**Теоретична частина**

1. Назвіть фактори ризику алкоголізації.
2. Які основні причини та прояви тютюнозалежності?
3. Обґрунтувати напрямки психопрофілактичної роботи щодо поширення алкоголізації молоді.
4. Охарактеризувати принципи антинаркотичного виховання дітей і підлітків.
5. Проаналізуйте вікові особливості психологічної профілактики шкідливих звичок.
6. Назвіть найбільш ефективні, на вашу думку, заходи психопрофілактики нікотинової залежності серед молоді.
7. Назвіть найбільш ефективні, на вашу думку, заходи психопрофілактики нікотинової залежності серед молоді.
8. Висвітліть професійні ризики та здоров'я педагога.
9. В чому полягає синдром професійного вигорання: симптоми, причини, наслідки.
10. Як грамотно і фахова організувати психопрофілактику професійних ризиків?
11. Надати характеристику методам керування емоційними станами.

**Практична частина**

1. Охарактеризуйте форми та методи профілактики шкідливих звичок серед учнівської молоді.
2. Обґрунтуйте причини поширення шкідливих звичок в підлітковому та молодіжному середовищах. В чому полягає ризик та небезпека цього?

3. Проаналізуйте негативний вплив соціального оточення (сім'я, однолітки, асоціальні авторитети тощо) як чинник формування шкідливих звичок.
4. Розкрийте роль засобів масової інформації у профілактиці шкідливих звичок.
5. Розкрийте роль сім'ї у профілактиці шкідливих звичок.

### **Тестові завдання**

#### **1. Психопрофілактика шкідливих звичок здійснюється в рамках двох методологічних моделей:**

- 1) інформаційної і поведінкової;
- 2) поведінкової і особистісної;
- 3) особистісної і поведінкової.

#### **2. Робота з батьками будується у двох напрямках:**

- 1) формування психологічної культури та культури сімейних відносин, оскільки тільки в умовах гармонійних сімейних стосунків реалізуються здорові соціальнопсихологічні та морально-етичні установки;
- 2) формування здорових умов життєдіяльності дитини в сімейному середовищі, включаючи вироблення спільного негативного відношення до шкідливих звичок;
- 3) обидва варіанти відповідей є правильними.

#### **3. До поведінкових моделей не належить:**

- 1) модель підтримки позитивної самооцінки та самоповаги;
- 2) модель зміцнення здоров'я;
- 3) модель стимулюючих факторів;
- 4) модель зміцнюючих чинників.

#### **4. До негативного впливу соціального оточення ми відносимо такі фактори, як:**

- 1) порушення розвитку особистості, особистісна і соціальна незрілість; патохарактерологічні та психопатичні розлади, психогенні невротичні й депресивні стани, високий рівень особистісної та реактивної тривожності;
- 2) відчуття самотності та розчарування;
- 3) спадкова схильність, психічні розлади, розумова відсталість тощо;
- 4) порушення сімейного виховання, алкоголізм батьків; гострі й затяжні сімейні конфлікти, розлучення, насилля в сім'ї.

#### **5. Інформування населення про негативні наслідки шкідливих звичок слід здійснювати на таких рівнях:**

- 1) соціальному, психологічному;
- 2) медичному, психологічному, соціальному;
- 3) медико-психологічному, правовому, соціальному;
- 4) медичному, психологічному, соціальному; 5) жоден з варіантів не є правильним .

#### **6. Профілактику шкідливих звичок необхідно здійснювати з урахуванням:**

- 1) вікових особливостей реципієнтів психопрофілактичного впливу;
- 2) поведінкових особливостей реципієнтів психопрофілактичного впливу;
- 3) особливостей темпераменту реципієнтів психопрофілактичного впливу;
- 4) особливостей характеру реципієнтів психопрофілактичного впливу.

#### **7. Основу психологічної профілактики шкідливих звичок складає пропаганда:**

- 1) «антинікотинава»;
- 2) «антиалкогольна»;
- 3) «антинаркотична»;
- 4) пропаганда здорового способу життя;
- 5) всі варіанти відповідей є правильними.

***Завдання для самостійного опрацювання:***

1. Аналіз проблеми культової психічної залежності особистості.
2. Характеристика та типи деструктивних культів.
3. Прийоми і засоби деструктивного контролю свідомості.
4. Рівні та заходи профілактики культової психічної залежності.

***Теми доповідей і рефератів:***

1. Критерії ефективності психологічної профілактики шкідливих звичок.
2. Психологічні аспекти проблеми шкідливих звичок.
3. Вікові особливості психологічної профілактики шкідливих звичок.
4. Негативний вплив соціального оточення як чинник формування шкідливих звичок.

**Рекомендована література: [1, 2, 3, 10, 22, 32, 33].**

**ТЕМАТИКА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ ТА ЗАВДАННЯ ДО НИХ (ДФН – 60 год.;  
зфн - 82 год. )**

<i>N</i>	<i>Тематика СРС та завдання</i>
1.	<p><b>Тема: Психологічна профілактика як окремий вид діяльності психолога.</b> 1. Проблеми та сучасний стан психологічної профілактики в сучасній Україні. <b>Література: [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12, 13].</b></p> <p><b>Тема: Методика планування та організації психопрофілактичних заходів.</b> 1. Специфічні особливості планування та організації психопрофілактичних заходів. 2. Планування комплексних медико-психологічних та соціально-психологічних профілактичних заходів. <b>Література: [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12, 13].</b></p> <p><b>Тема: Сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя.</b> 1. Здоровий спосіб життя: мотивація і життєві компетентності. <b>Література: [1, 2, 5, 6, 10, 11, 22, 26].</b></p> <p><b>Тема: Проблема екстремальних впливів на психіку людини</b> 1. Негативні та позитивні наслідки стресу для сучасної людини. <b>Література: [1, 4, 6, 10, 34, 43].</b></p> <p><b>Тема: Методи психопрофілактичної діяльності психолога.</b> 1. Бібліотерапія. 2. Ведення щоденника. 3. Методи біологічного зворотного зв'язку. <b>Література: [1, 2, 6, 10, 11, 17, 43].</b></p> <p><b>Тема: Психологічна профілактика нервово-психічних розладів та педагогічної занедбаності.</b> 1. Педагогічна занедбаність, шкільна дезадаптація та дидактогенія. <b>Література: [1, 3, 7, 9, 12].</b></p> <p><b>Тема: Психологічна профілактика адиктивної та суїцидальної поведінки</b> 1. Мотиви та причини суїцидальної поведінки. Види суїциду. Суїцидальна превенція. Аналіз різновидів профілактики суїцидальної поведінки. <b>Література : [1, 2, 10, 22, 28, 32, 33, 45, 46].</b></p> <p><b>Тема: Проблеми культової психічної залежності особистості</b> 1. Аналіз проблеми культової психічної залежності особистості. 2. Характеристика та типи деструктивних культів. 3. Прийоми і засоби деструктивного контролю свідомості. Рівні та заходи профілактики культової психічної залежності. <b>Література : [1, 2, 3, 10, 22, 32, 33].</b></p>

## **Завдання для виконання індивідуальної роботи студента**

Студент може виконати не більше одного додаткового наукового дослідження за семестр. Оцінка захисту доповіді як результату дослідження прирівнюється до відповіді на семінарі.

При вивченні тем винесених на самостійне вивчення студент повинен виконати одне із запропонованих завдань.

### **Індивідуальне завдання**

*Оцінка захисту реферату прирівнюється до відповіді на семінарі.*

### **ТЕМИ РЕФЕРАТИВ**

1. І.О.Сікорський – життя, діяльність, спадщина.
2. Актуальні напрямки психологічної профілактики в сучасній Україні.
3. Історія виникнення та розвитку психогігієни.
4. Особистісний підхід у психологічній профілактиці.
5. Нормативні вимоги до проведення психопрофілактичної роботи.
6. Профілактика синдрому вигорання у педагогічних працівників методами психологічної саморегуляції.
7. Профілактика психічного здоров'я в умовах професійної діяльності.
8. Прийоми і техніки емоційної саморегуляції особистості.
9. Євгеніка як наука про покращення спадкової структури особистості.
10. Вплив властивостей художнього слова на психічне життя людини.
11. ПТСР і суїцидальна загроза.
12. Психологічні основи профілактики нервово-психічних порушень.
13. Психологічна профілактика депресивних розладів та станів.
14. Психопрофілактика девіантної поведінки підлітків.
15. Профілактика суїциду у дітей та підлітків.
16. Специфіка корекційних антиадиктивних програм.
17. Профілактика суїциду в осіб похилого віку.
18. Профілактика синдрому вигорання у педагогічних працівників методами психологічної саморегуляції.
19. Профілактика психічного здоров'я в умовах професійної діяльності.
20. Професійний стрес та робоча активність людини.
21. Сутність категорії «якість життя».
22. Негативний вплив енурезу на психіку дитини.
23. Роль сім'ї у збереженні психічного здоров'я дитини.
24. Різновиди дитячих неврозів за О.І.Захаровим.
25. Науково-психологічні дослідження деструктивних культів.
26. Чинники та соціально-психологічні умови виникнення психогеній.
27. Профілактика психогеній у дітей та підлітків.
28. Науково-методичні аспекти профілактики проблем психічного здоров'я дитини та його порушень.
29. Психопрофілактика нервово-психічних порушень у студентів.
30. Психопрофілактика девіантної поведінки серед студентської молоді в умовах ЗВО.
31. Дидактогенні неврози та психологічні засоби їх запобігання.

## Форми та методи контролю. Критерії оцінювання всіх видів робіт

**Поточний контроль** проводиться науково-педагогічними працівниками на всіх видах аудиторних занять. Основне завдання поточного контролю – перевірка рівня підготовки здобувачів освіти до виконання конкретної роботи. Основна мета поточного контролю – забезпечення зворотного зв'язку між науково-педагогічними працівниками та студентами у процесі навчання, забезпечення управління навчальною мотивацією студентів. Інформація, одержана при поточному контролі, використовується як науково-педагогічним працівникам для коригування методів і засобів навчання, так і студентами для планування самостійної роботи. Поточний контроль може проводитися у різних формах, які є найбільш відповідними до навчального матеріалу, що оцінюється таким чином: усне опитування, письмовий експрес-контроль на практичних заняттях та лекціях, колоквиум, виступ студента із доповіддю або повідомленням, участь у обговоренні питань на семінарських заняттях, комп'ютерне, бланкове тестування тощо. Форми проведення поточного контролю та критерії оцінки рівня знань визначаються кафедрою. Результати поточного контролю (поточна успішність) є складовою визначення підсумкової оцінки і враховуються науково-педагогічним працівником при визначенні підсумкової оцінки з даної дисципліни із відповідним коефіцієнтом.

**Методи поточного контролю** – це оцінювання навчальних досягнень студента протягом навчального семестру за національною чотирибальною шкалою усіх видів аудиторної роботи (практичні заняття, лабораторна, самостійна робота).

Поточний контроль відображає поточні навчальні досягнення студента в освоєнні програмного матеріалу дисципліни і спрямований на необхідне корегування самостійної роботи студента. Сюди входить: методи усного контролю – бесіда, доповідь студента, роз'яснення, відповіді на запитання. Основою усного контролю слугує монологічний наратив студента (у підсумковому контролі – більш повний, системний виклад матеріалу) або запитально-відповідна форма – бесіда, у якій викладач ставить запитання і чекає відповіді студента. Усний контроль проводиться на кожному занятті в індивідуальній, фронтальній або комбінованій формі, можуть застосовуватися дидактичні картки, ігри, технічні засоби.

Поточний контроль здійснюється викладачами, які ведуть лекційні та семінарські (практичні), лабораторні заняття. Викладач розробляє чіткі критерії оцінювання всіх видів навчальної роботи у комплексному контролі знань, доводить їх до відома студентів на початку модулю.

Поточний контроль основної частини матеріалу дисципліни рекомендується завершувати не пізніше передостаннього навчального тижня семестру.

Поточна аудиторна діяльність студента оцінюється за чотирибальною (національною) шкалою.

Поточний контроль аудиторної роботи рекомендується здійснювати за такими критеріями:

**Тест** (тест досягнень, тематичне тестування) – це набір стандартизованих завдань з визначеного матеріалу, який встановлює ступінь засвоєння його студентами. Перевага тестів у їх об'єктивності, тобто незалежності перевірки та оцінки знань від викладача.

### *Критерії оцінювання тестових завдань є:*

- «Відмінно» – 100% - 90% вірних відповідей
- «Добре» – 89% - 75% вірних відповідей
- «Задовільно» – 74% - 60% вірних відповідей
- «Незадовільно» – до 60% вірних відповідей

**Методи письмового контролю** – забезпечують глибоку і всебічну перевірку засвоєння програмового матеріалу. У письмовій роботі студенту необхідно показати як теоретичні знання, так і вміння застосовувати їх для розв'язування конкретних завдань, психологічних проблем, ситуацій.

### *Критерії оцінювання письмової роботи студентів є:*

«Відмінно» – виставляється за повну, правильну і обґрунтовану відповідь в письмовій формі. Студент оволодів понятійним апаратом, уміє конкретизувати теоретичні положення, виділяє суттєве в навчальному

матеріалі, відповідає логічно, послідовно, уміє впевнено використовувати засвоєні способи дій в нових ситуаціях, типових, варіативних чи нестандартних.

«Добре» – показник хорошої успішності, її виставляють за правильну обґрунтовану відповідь, з якої свідчить, що студент розуміє теоретичний матеріал і володіє навиками і вміннями самостійної навчально-пізнавальної діяльності, допускаючи при цьому деякі несуттєві неточності під час виконання письмової роботи.

«Задовільно» – показник задовільної успішності. Він свідчить про те, що знання мають розрізнений, фрагментарний характер, що студент здатний відтворити певну суму фактичних знань (іноді неусвідомлюючи в цілому їх глибини, узагальненості), здатен використовувати засвоєні способи дій в типових умовах.

«Незадовільно» – виставляється за неправильну відповідь, яка не відповідає змісту вивченого матеріалу і свідчить про нерозуміння його основних положень. В письмових відповідях мають місце грубі системні помилки.

**Методи усного контролю** – бесіда, доповідь студента, роз'яснення. Основою усного контролю слугує монологічна відповідь студента (у підсумковому контролі це більш повний, системний виклад) або запитально-відповідальна форма – бесіда. Усний контроль, як поточний, проводиться на кожному занятті в індивідуальній, фронтальній або комбінованій формі, можуть застосовуватися дидактичні картки, ігри, технічні засоби.

Виконання **практичних робіт**: ситуаційна рольова гра, імітація, що визначає рівень його знань, умінь з предмету, і ставлення до навчання, ступінь його пізнавальної активності, свідомості, і вміння мислити, розв'язувати самостійно різноманітні завдання. Для практичних занять залежно від обсягу дисципліни, кількості аудиторних годин, відведених на цей вид роботи, кількості питань з тем занять, виходячи з обґрунтованих фізіологічних норм навчального навантаження студента, викладачем для кожного студента встановлюється обов'язковий мінімум виступів на семінарських заняттях у семестрі і мінімальна кількість виступів з обговореннями поставлених питань (участь у дискусіях); виконання в повному обсязі аудиторної роботи, обов'язкових завдань СРС.

#### ***Критерії оцінювання студента на практичних заняттях є:***

«Відмінно» – прояв декількох видів активності на занятті: виступ із повідомленням, відповіді на запитання викладача, участь у дискусіях та обговоренні матеріалу тощо.

«Добре» – прояв двох видів активності на занятті: виступ із повідомленням, відповіді на запитання викладача, участь у дискусіях та обговоренні матеріалу з допущенням певних недоліків чи неточностей.

«Задовільно» – прояв одного виду активності на занятті: відповідь на запитання викладача неповна та не чітка, участь у дискусіях та обговоренні матеріалу малоактивна, ініційована викладачем.

Пасивна присутність на занятті не оцінюється.

Студент, який не з'являвся на заняття (з поважних причин, підтверджених документально), а отже, не мав поточних оцінок, має право повторно пройти поточний контроль під час консультацій. На консультаціях студент може відпрацювати пропущені практичні заняття, захистити реферати, а також ліквідувати заборгованості з інших видів навчальної роботи. Самостійна (індивідуальна) студентів, яка передбачена в темі поряд з аудиторною, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному занятті.

Контроль і облік поточної успішності на аудиторних заняттях самостійної (індивідуальної) роботи здійснюється шляхом виставлення в журналі обліку роботи викладача оцінок за чотирибальною (національною) шкалою.

**Самостійна робота студентів**, яка передбачена в темі поряд з аудиторною, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному занятті відповідно до поставленого завдання.

#### ***Критерії оцінювання самостійної роботи є:***

«Відмінно» – студент міцно засвоїв теоретичний матеріал, глибоко і всебічно знає зміст навчальної дисципліни, основні положення наукових першоджерел та рекомендованої літератури, логічно мислить і виконує роботу, вільно використовує набуті теоретичні знання при виконанні самостійної роботи,



висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, демонструє високий рівень засвоєння практичних навичок;

«Добре»– студент добре засвоїв теоретичний матеріал, володіє основними аспектами з першоджерел та рекомендованої літератури, аргументовано викладає його в самостійній роботі; має практичні навички, висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу теоретичного змісту або при аналізі практичного завдання в самостійній роботі;

«Задовільно»– студент в основному опанував теоретичними знаннями навчальної дисципліни, орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, але в роботі плутає поняття, практичні завдання викликають невпевненість або відсутність стабільних знань; виявляє неточності у знаннях при виконанні роботи, не вміє оцінювати факти та явища, пов'язувати їх із майбутньою діяльністю;

«Незадовільно»– студент не опанував навчальний матеріал дисципліни, не відображає в роботі правильні результати, визначення, висновки в роботі не сформовані з опорою на теоретичні знання, майже не орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, відсутні наукове мислення, практичні навички не виявляються.

**Проміжний контроль** – контроль, який проводиться з метою виявлення і попередження неуспішності студентів. Проведення проміжного контролю ініціюється проректором з науково-педагогічної роботи чи деканом відповідного факультету. Проміжний контроль виставляється за національною шкалою в результаті написання письмової роботи. Результати проміжного контролю виставляються викладачем у «Журналі обліку роботи викладача» та у «Журналі обліку роботи академічної групи» але не враховуються у загальному розподілі балів і не включаються до жодного виду робіт із коефіцієнтом.

#### ***Критерії оцінювання проміжного контролю є:***

«Відмінно» – повністю розкрив зміст поставленого завдання чи проблеми; чітко зрозумів зміст, при цьому володіє спеціальною термінологією; послідовно і логічно викладає матеріал. Допускається 1-2 неточності у викладанні матеріалу, які не приводять до помилкових висновків.

«Добре» – правильно розкрив основний зміст матеріалу; точно користується термінологією; роботу виконав без грубих помилок. У відповіді можливі 2-3 неточності у використанні спеціальної термінології, несуттєві висновки та узагальнення, не грубі помилки, які не впливають на конкретний зміст.

«Задовільно»– зміст питання викладено частково, не завжди послідовно; відповідь неповна, але базова суть завдання в цілому розкрита; у використанні термінології є суттєві помилки.

«Незадовільно»– не розкрито основний зміст завдання; допущені грубі помилки в кінцевих висновках; студент слабо володіє спеціальною термінологією.

**Модульний контроль** проводиться один раз на семестр, включає проведення контрольного заходу за всіма темами змістовних модулів у формі контрольної роботи. До контрольної роботи допускаються всі студенти незалежно від результатів поточного контролю. Лектор розробляє контрольні завдання для проведення модульного контролю. При оцінюванні модульної контрольної роботи враховується обсяг і правильність виконаних завдань.

#### ***Критерії оцінювання модульної контрольної роботи є:***

«Відмінно» – ставиться за правильне виконання всіх завдань;

«Добре» – ставиться за виконання 75 % від усіх завдань;

«Задовільно» – ставиться, якщо правильно виконано більше 60% від запропонованих завдань;

«Незадовільно» – ставиться, якщо завдань виконано менше за 60 % від запропонованих завдань.

Результати контрольного заходу студента, який не з'явився на нього, також оцінюються «незадовільно» незалежно від причини. Відпрацювання контрольного заходу є обов'язковим.

**Підсумкова оцінка** за поточний контроль виставляється як сума середньоарифметичних оцінок за національною шкалою за підсумками аудиторної роботи та модульної контрольної роботи (помножено на ваговий коефіцієнт), виставляється в журналі обліку роботи викладача, журналі обліку роботи академічної групи та облікових документах деканату.

### **Підсумковий (семестровий) контроль – залік.**

Семестровий залік (далі - **залік**) - це форма підсумкової атестації, що полягає в оцінці засвоєння студентом теоретичного та практичного матеріалу (виконаних ним певних видів робіт на практичних, семінарських або лабораторних заняттях та під час самостійної роботи) з навчальної дисципліни за семестр.

Залік з навчальної дисципліни для студентів денної форми навчання виставляється викладачем за результатами поточного контролю. Залік виставляється викладачем автоматично за умови, якщо студент виконав усі види навчальної роботи, які визначені робочою програмою навчальної дисципліни і його середньозважений бал знаходиться у межах **2,51– 5,00**.

Для студентів заочної форми навчання підсумковий контроль проводиться в період заліково-екзаменаційної сесії за обов'язкової присутності студента. Для складання підсумкового контролю студентами заочної форми навчання розробляються білети. У відповідності до вимог, об'єктивна оцінка рівня знань з боку викладача здійснюється наступним чином: під час складання заліку з дисципліни кожен студент отримує індивідуальний білет, що складається з теоретичної частини, що містить тести, два теоретичні питання і практичної частини, що містить ситуаційне завдання; на підготовку залікового білету відводиться 30 хвилин, а викладення відповіді – до 10 хвилин. Форма проведення: письмово - усна.

#### ***Критерії оцінювання знань студентів при складанні заліку є:***

Кожне питання оцінюється за національною шкалою. В окремих випадках, якщо виникають сумніви в оцінці знань студента або відповідь студента не достатньо повна, позбавлена логічності й визначеності, викладач може задавати додаткові (уточнюючі) питання в рамках білету. Відповіді на додаткові запитання впливають на оцінку завдань білету.

**«Відмінно»** – у відповіді повністю розкрито зміст запитання. Матеріал викладено логічно, аргументовано, мова є грамотною, науковий стиль викладення матеріалу, вільне володіння термінологічним апаратом дисципліни. У відповіді продемонстровано високий рівень володіння матеріалом, що було викладено на лекціях, та додатковим матеріалом, що винесено для самостійного опрацювання

**«Добре»** – відповідь достатньо повно розкриває зміст запитання або розкриває основні (найважливіші) аспекти у запитанні, студент володіє термінологічним апаратом дисципліни. У викладеному матеріалу студент має помилки із аргументацією відповіді, недостатня логічність та послідовність викладення матеріалу. У відповіді продемонстровано високий рівень володіння матеріалом, що було викладено на лекціях, та середній рівень володіння додатковим матеріалом.

**«Задовільно»** – відповідь на запитання є неповними, розкриває тільки деякі аспекти навчального матеріалу. Студент припускається помилок у використанні термінології навчальної дисципліни. Рівень володіння матеріалом, що було викладено на лекціях та додатковим матеріалом є посереднім, відповідає мінімально допустимому рівню засвоєння.

**«Незадовільно»** – у відповіді допущено суттєві помилки, які свідчать про відсутність володіння програмним матеріалом дисципліни, матеріалами обов'язкової літератури; студент слабо володіє / не володіє термінологією дисципліни. Відповідь практично відсутня.

У підсумку відповіді на білет підраховується середньозважений бал (в даному випадку середньозважений бал дорівнює середньоарифметичному), що є підсумковою оцінкою за залік для студентів заочної форми навчання.

Результати складання заліків оцінюються за національною двобальною шкалою: "Зараховано" чи "Незараховано" та відповідно до «шкали переведення середньозваженої оцінки в оцінку за національною шкалою та шкалою ECTS» у балах та оцінках ECTS і фіксується у відомості, заліковій книжці, індивідуальному плані студента.

## Розподіл вагових коефіцієнтів і оцінювання навчальної дисципліни

### «Методи психопрофілактичної роботи»

<b>Модуль 1</b>	
<i>Підсумкова оцінка (середньозважений бал)</i>	
<i>Поточна успішність</i>	
<b>АУДИТОРНА РОБОТА</b> (Практичні заняття в т.ч. самостійна та індивідуальна робота студентів)	<b>Контрольний захід</b> (контрольна робота)
T1 – T8	T1 – T8
середнєарифметичне оцінок за національною шкалою	оцінка за національною шкалою
k <sub>1</sub> - 0,5	k <sub>2</sub> - 0,5

### ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS

Інтервальна шкала	Оцінка в балах за шкалою ECTS	Оцінка ECTS	Відсоток студентів, які успішно склали сесію (без перескладання)	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
					<i>для екзамену</i>
4,51-5,00	90 – 100	A	10	Високий (творчий)	відмінно
4,01-4,50	82-89	B	25	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
3,51-4,00	75-81	C	30		
3,16-3,50	69-74	D	25	Середній (репродуктивний)	задовільно
2,51-3,15	60-68	E	10		
1,51-2,50	35-59	FX	-	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно з можливістю повторного складання
0,00-1,50	0-34	F			незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## **Перелік питань, що виносяться на підсумковий та модульний контроль**

1. Визначення поняття та специфічні особливості психологічної профілактики.
2. Загальні цілі та завдання психологічної профілактики.
3. Принципи психопрофілактики.
4. Історія виникнення і розвитку психопрофілактики.
5. Сучасні уявлення про здоров'я.
6. Чинники впливу на здоров'я.
7. Стресори та їх вплив на нервово-психічне здоров'я.
8. Основні причини дитячих неврозів.
9. Характеристика та функції рівнів психопрофілактичної роботи
10. Форми психологічної профілактики
11. Загальна характеристика методів психологічної профілактики.
12. Санітарна освіта.
13. Методи спільні з психотерапією і психокорекцією.
14. Методи оздоровлення на основі мистецтва та творчості.
15. Ментальні вправи.
16. Трансові методи.
17. Бібліотерапія.
18. Ведення щоденника.
19. Методи біологічного зворотного зв'язку.
20. Планування та організація психопрофілактичних заходів.
21. Моделі психопрофілактичних програм.
22. Поняття норми і патології.
23. Основні причини виникнення дитячих неврозів.
24. Роль психодіагностики у процесі планування психопрофілактичних заходів.
25. Психологічна діагностика в профілактичній роботі.
26. Організація психопрофілактичної роботи у дошкільних навчально-виховних закладах.
27. Зміст і завдання психопрофілактичної роботи шкільного психолога.
28. Особливості психопрофілактичної роботи молодших класів.
29. Особливості психопрофілактичної роботи старших класів.
30. Форми і методи психологічної профілактики девіантної поведінки.
31. Психопрофілактика педагогічної занедбаності.
32. Визначення поняття та ознаки педагогічної занедбаності.
33. Профілактика шкільної дезадаптації.
34. Дидактогенія як різновид шкільного неврозу.
35. Напрямки та методи профілактики дидактогенії.
36. Психопрофілактика шкідливих звичок.
37. Патогенні типи виховання.
38. Загальна характеристика психокорекційного комплексу при роботі з невротичними дітьми.
39. Динаміка адиктивної поведінки.
40. Особливості антиадиктивної психологічної програми.
41. Вплив суспільства на виникнення адиктивних відхилень.
42. Психопрофілактика суїцидальної поведінки.
43. ПТСР та суїцидальна загроза.
44. Прийоми індивідуальної антисуїцидальної терапії.
45. Аналіз сучасного стану проблеми поширення шкідливих звичок серед дітей та молоді.
46. Психологічна характеристика чинників формування шкідливих звичок.
47. Моделі психопрофілактики шкідливих звичок.
48. Напрямки та форми профілактики шкідливих звичок серед дітей і молоді.
49. Умови та критерії ефективності психологічної профілактики шкідливих звичок.
50. План профілактичних заходів шкідливих звичок.
51. Методи психопрофілактики професійного вигорання.
52. Формування здорового способу життя як пріоритет психопрофілактики.

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Базова

1. Афанасьєва Н.Є. Основи психогієни та психопрофілактики: навч. пос. / Н.Є. Афанасьєва. – Х.: НУЦЗУ, 2016. – 91 с.
2. Бігун Н.І. Профілактична робота в практичній психології: навчально-методичний комплекс дисципліни. Кам'янець-Подільський: Медобори-2006, 2011. – 96 с.
3. Болтівець С.І. Педагогічна психогієна: теорія та методика: [монографія] / С.І. Болтівець – К.: Редакція «Бюлетеня Вищої атестаційної комісії України», 2000. – 302 с.
4. Колесникова Г.Н. Основы психопрофилактики и психокоррекции. Учебное пособие Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. — 96 с.
5. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. – Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. – 488 с.
6. Коцур Н.І. Психогієна: Навчальний посібник. / Н.І. Коцур, Л.С. Гармаш – Чернівці: Книги-XXI, 2005. – 380 с.
7. Основи психогієни молоді людини: навчально-методичний посібник / О.Є. Менших, Ю.О. Петренко, В.Д. Ярова. – Черкаси, 2010. – 76 с.
8. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ “Сфера”, 2001. – 512 с.
9. Прокопенко А.В. Психогієна: [навчальний посібник] / А.В. Прокопенко. – Острого: Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2014. – 229 с.
10. Психология здоровья: [учебник для вузов] / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2006. – 607 с.
11. Психология здоровья /Алиева М.Б., Бейбутова А.М., Чубанова Г.Р., Цахаева А.А., [текст]. – Киев: ООО «Финансовая Рада Украины» (Киев). 2017. – 100 с.
12. Пясецька Н.А. Психогієна: навчально-методичний посібник / укл. Н. А. Пясецька – Умань: ВІЗАВІ, 2015 – 150 с.
13. Тимофєєва М.П. Психология здоров'я / М.П. Тимофєєва, О.В. Двіжова. – Чернівці: Книги XXI, 2009. – 296 с.

### Додаткова:

14. Абрамова Г.А. Практическая психология. – Екатеринбург, 1998.
15. Айви А.Е. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники. Практическое руководство / А. Айви, М. Айви, Л. Саймэк-Даунинг. – М.: Психотерапевтический колледж, 1999.
16. Александров А. Аутотренинг: краткий справочник / А.Александров. – СПб.: Питер, 2007.
17. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья. – СПб: Речь, 2006. – 384 с.
18. Андреева А. Д. и др. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И. В. Дубровиной. – М., 1994.
19. Асеев В. Г. Преодоление монотонности труда в промышленности. – М., 1974.
20. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика: учеб. пособие для студентов / А. Ф. Бондаренко, 2000. - 368 с.
21. Демьянов Ю.Г. Основы психопрофилактики и психокоррекции / Ю.Г. Демьянов. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 128 с.
22. Змановская Е. В. Девиантология: (психология отклоняющегося поведения) : учеб.пособие для студ. высш. учеб. завед / Е. В. Змановская. — М. : Издательский центр «Академия», 2004.- 288с.
23. Кондрашенко В.Т. Девиантное поведение у подростков: диагностика, профилактика, коррекция / В.Т. Кондрашенко, С.А. Игумнов. – Мн., 2004.
24. Коробчанський В.О. Гігієнічна психодіагностика донозологічних станів у підлітковому та юнацькому віці: Посібник для докторантів, аспірантів, пошукувачів та лікарів. – Харків: Контраст, 2005. – 192 с.
25. Крайг Г. Психология развития / Г.Крайг. – СПб.: Питер, 2002. – 992 с.

26. Куликов Л.В. Психогигиена личности. Вопросы психической устойчивости и психопрофилактики: [учебное пособие] / Л.В Куликов. – СПб: Питер, 2004. – 464 с.
27. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці: Підручник. – К.: КНЕУ, 2003. – 367 с.
28. Лукашевич Н. П., Сингаевская И. В., Бондарчук Е. И. Психология труда: Учебно-методическое пособие / Под ред. Н. П. Лукашевича. — К.: МАУП, 1997.
29. Практикум по психологии здоровья /Под редакцией профессора Г. С. Никифорова. – Питер, 2005 г. - 350 с.
30. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В.Дубровина. – Екатеринбург, 2000. – 260 с.
31. Практическая психодиагностика / Под ред. Д.Я.Райгородского. – Самара, 1998.
32. Практическая психология образования. Учебное пособие / под ред. Н.В.Дубровиной. – СПб.: Питер, 2004. – 592 с.
33. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю: навчальний посібник / Наук. ред. та керівник проблем. групи Л. М. Вольнова. – К., 2012. – 275 с.
34. Розов В.И. Управление стрессом в оперативно-розыскной деятельности: Учебное пособие / В.И. Розов. – К.: КНТ, 2006. – 268 с.
35. Саенко Ю.В. Техники и приемы регуляции эмоций / Ю.В. Саенко // Вопросы психологии. – 2010. – № 3. – С. 83-93.
36. Сергета І. В. Організація вільного часу та здоров'я школярів / І.В. Сергета, В. Г. Бардов. - Вінниця: РВВ ВАТ «Віноблдрукарня», 1997. – 292 с.
37. Сердюк А.М. Психогигиена детей и подростков, страдающих хроническими соматическими заболеваниями / А.М. Сердюк, Н.С. Польша, І. В. Сергета. – Вінниця: Нова книга, 2012. - 336 с.
38. Эрисман Ф.Ф. Профессиональная гигиена или гигиена умственного труда. – СПб., 1987.
39. Холостова Є.І. Соціальна геронтологія: учебное пособие / Є.І. Холостова, А.В. Рубцов. – М.: «Дашков і К», 2005.
40. Філімонова Т. В. Сікорський Іван Олексійович : [біографія] / Т. В. Філімонова // Українська педагогіка в персоналіях: у 2 кн.: навч. посіб. для студ. ВНЗ /за ред. О. В. Сухомлинської. – К.: Либідь, 2005. – Кн. 1 : X-XIX століття. – С. 525–530. – С. 530 с.
41. Шахматов Н.Ф. Психічне старіння . – М., 1996.
42. Шкіряк-Нижник З.А., Непочатова-Курашкевич Е.І. Сексуальна культура сімейних відносин. – К.: Знання, 1990.
43. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. — СПб.: Питер, 2006. — 256 с.:
44. Яцемирская Р.С. Социальная геронтология: Учебное пособие. – М.: Гуманит. Вид. центр ВЛАДОС, 1999.
45. Психологія суїциду: посібник / В. П. Москалець [та ін.] ; ред. В. П. Москалець. - К.: Академвидав, 2011. - 287 с.
46. Психологічна профілактика суїцидальних тенденцій проблемної особистості/В. Рибалка. —К.: Шк. світ, 2009. — 128 с. — (Бібліотека «Шкільного світу»).

## Інформаційні ресурси

1. Бібліотека МДУ, Філатова,16 – <http://msu.edu.ua/library/>
2. Мукачівська міська централізована бібліотека, ім. О.Духновича, вул. Духновича, 1 <http://www.muklib.mk.uz.ua/>
3. Закарпатська обласна універсальна наукова бібліотека ім. Ф. Потушняка. м.Ужгород, вул. Проспект Свободи, 16 – <http://biblioteka.uz.ua/>
4. Веб сторінка МДУ: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)
5. Мукачівська міська рада: <http://www.mukachevo-city.org>
6. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>
7. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>
8. Психологічна бібліотека Псі-фактор: <http://psyfactor.org>
9. <http://www.nbuv.gov.ua/> - Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського.

10. <http://hklub.npu.edu.ua/> - Наукова бібліотека національного педагогічного Університету ім. М.П. Драгоманова.

11. <http://www.koob.ru/> - електронна бібліотека «Куб».

12. <http://pro.fpsy.ru/post-name/286/> - федерація психологів-консультантів онлайн.

13. <http://upsihologa.com.ua/> - портал професійних психологів України «У психолога».

14. <http://psy.piter.com/library/>

15. <http://psy.rin/article/526-101.htm>

16. [www.psych.uw.edu.p](http://www.psych.uw.edu.p)

17. [www.psychologia](http://www.psychologia)

18. [www.Uaua.info](http://www.Uaua.info)

**ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ**

***Реферат***

**Реферат.** Важливим засобом у засвоєнні знань є написання рефератів та виголошення реферативної доповіді. Тематика рефератів пропонується за визначеними темами практичних занять та СРС. Мета реферативної доповіді полягає у засвоєнні студентами основних аспектів розкритої у реферативному дослідженні теми, формуванні запитань, проведенні дискусії. На практичному занятті рекомендується обговорювати не більше двох рефератів.

**Рекомендується така структура індивідуального завдання:**

- титульна сторінка;
- зміст;
- послідовне висвітлення змісту розділів питання;
- список використаної літератури;
- презентація PowerPoint (за необхідністю).

**Вимоги до реферату:** обсяг – 10-12 аркушів формату А4; структура – вступ, основна частина, висновок, список використаних джерел.

У вступі розкривається актуальність теми, визначається мета, в основній частині містяться основні положення дослідження, що розкривають тему, у висновку викладаються основні положення та пропозиції автора, що впливають із розгляду теми. Реферативна доповідь та участь в її обговоренні можуть бути предметом окремого оцінювання викладачем або враховуватись ним при оцінці інших форм контролю.

Для того щоб написати змістовний реферат, студент повинен глибоко опрацювати джерела – історичні документи, першоджерела, ґрунтовно вивчити історичну літературу, монографії чи статті з обраної теми. При роботі над літературою необхідно законспектувати її, виписати окремі цитати, дати. У тексті реферату обов'язковими є бути посилання на використані джерела та наукову літературу. У вступній частині реферату потрібно обґрунтувати актуальність теми, дати короткий історіографічний огляд проблеми та визначити мету студентської наукової роботи. Необхідно подбати про логіку викладу матеріалу в тексті. Викладач установлює для кожного студента індивідуально термін підготовки реферату і перевіряє написаний текст. Виступ студента з доповіддю на семінарі розрахований на 10– 15 хвилин. Практикується також рецензування рефератів іншими студентами. Слід підкреслити, що при оцінці реферату викладач урахує не лише якість змісту написаного тексту, але й весь хід його захисту студентом на семінарі. Тому автор доповіді повинен вільно володіти опрацьованим матеріалом, дати відповіді на додаткові запитання викладача або студентів, показати вміння науково аргументувати власні міркування, обґрунтувати висновки у висвітленій темі.



### Загальна характеристика психокорекційного комплексу.

#### **Блок 1 - діагностичний.** Цілі:

- Діагностика психологічних факторів ризику.
- Формулювання психологічних факторів ризику для кожної сім'ї.
- Формулювання загальної програми психокорекції.

#### **Методи:**

- Психологічний аналіз біографічної інформації.
- Патопсихологічне обстеження дітей в присутності батьків.
- Психологічний аналіз ігрової діяльності дитини.
- Психологічний аналіз гри дитини з батьками.
- Діагностика самооцінки дитини і усвідомлення свого внутрішньосімейного положення і відносин з дорослими.
  - Психологічний аналіз мотивів виховання по біографічним даним.
  - Діагностика подружніх комунікацій.
  - Вивчення психологічного клімату сім'ї.

#### **Блок 2 - інсталяційний.** Цілі:

- Зняття тривожності у зв'язку з переживанням гострої внутрішньосімейної кризи.
- Підвищення впевненості батьків у можливості досягнення позитивних змін у поведінці дитини і в стосунках у родині.
  - Переформулювання запиту, цілей психологічної корекції.
  - Створення активної установки на психокорекційну роботу.

#### **Методи:**

- Психологічний аналіз щоденникових записів.
- Методика «Батьківські збори».

#### **Блок 3 – корекційний.** Цілі:

- Гармонізація процесу розвитку дитини.
- Перехід від негативної до позитивної фази критичного періоду.
- Гармонізація ігрової діяльності.
- Досягнення «відкриття Я».
- Подолання внутрішньосімейної кризи.
- Розширення сфери усвідомленості мотивів виховання.
- Зняття протиріч між різними мотиваційними тенденціями.
- Зміна батьківських установок і позицій, навчання батьків новим формам спілкування з дитиною, розширення знань про психологію сімейного виховання.

#### **Методи:**

- Ігрова групова корекція для дітей.
- Групова корекція для батьків.
- «Батьківський семінар».
- Спільні заняття батьків з дітьми.

#### **Блок 4 - оцінка ефективності.** Цілі:

- Оцінка змін в психологічних факторах ризику в процесі корекції.
  - Оцінка ефекту корекції.

#### **Методи:**

- Самозвіт батьків.
- Спеціальні експериментальні процедури.
- Оцінка ступеня стійкості ліквідації дезадаптивної поведінки у дітей.
- Психокорекція здійснюється протягом 3 - 3,5 місяців два рази на тиждень.

Методичні рекомендації до проведення практичних занять та організації самостійної роботи студентів з дисципліни «*Методи психопрофілактичної роботи*» для студентів денної форми навчання, спеціальність 053 «Психологія», ОС «Бакалавр» /Автор Марценюк М.О. - Мукачево: МДУ, 2021. - 42 с. ( 1,1 др. а.).

Віддруковано у редакційно-видавничому відділі МДУ 89600 м. Мукачево Вул.  
Ужгородська, 26 Тел.2-11-09

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру видавців,  
виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції Серія ДК №  
4916 від 16.06.2015р

Навчально-методичне видання

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ  
ЗАНЯТЬ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ З  
ДИСЦИПЛІНИ**

***«МЕТОДИ ПСИХОПРОФІЛАКТИЧНОЇ РОБОТИ»***

Автор *М.О.Марценюк*

Тираж 10 пр.

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до  
Державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої  
продукції ДК № 4916 від 16.06.2015 р.

Редакційно-видавничий відділ МДУ,  
89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>