

ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІНФРАСТРУКТУРИ ТА ТЕХНОЛОГІЙ
КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ВОДНОГО ТРАНСПОРТУ ІМЕНІ ГЕТЬМАНА ПЕТРА
КОНАШЕВИЧА-САГАЙДАЧНОГО

ФАКУЛЬТЕТ СУДНОВОДІННЯ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ ДИСЦИПЛІН

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Викладач	Попелюшко Роман Павлович
Контактний телефон	+38 (097) 7789363
E-mail	roman-xnu@ukr.net
Навчальна дисципліна	Психологія професійного здоров'я працівників бізнесу
Офіційна назва освітньої програми	«Психологія бізнесу»
Рівень вищої освіти	перший бакалаврський
Галузь знань	05 «Соціальні і поведінкові науки»
Спеціальність	053 «Психологія»
Обсяг дисципліни в кредитах ECTS	3
Статус дисципліни (обов'язкова, вибіркова)	вибіркова
Мета вивчення дисципліни	Мета дисципліни є формування у студентів здатності аналізу деструктивних факторів, які впливають на психологічне професійне здоров'я особистості; здатності усвідомлення та знаходження смислу у гармонії людини із самим собою та оточуючим світом.
Інтегральна компетентність, загальні компетентності, спеціальні (фахові) компетентності	Загальні компетентності ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. Спеціальні (фахові, предметні) компетентності СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СКЗ. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ЗА ТЕМАМИ

Тема 1. Психологія професійного здоров'я

Проблеми професійного здоров'я; психологічне забезпечення професійного здоров'я; психологічні фактори працездатності; професійне вигорання та ресурси його подолання; здоровий спосіб життя та професійне довголіття: постійність, впорядкованість, зрілість почуттів, відповідальність; втомлюваність та фізична активність

Тема 2. Предмет психології здорового способу життя. Поняття про психологію здоров'я, здоровий спосіб життя як психологічна проблема. Місце психології здоров'я у системі наук про людину. Базові визначення здоров'я, ознаки здоров'я. Фактори мотивації здорового способу життя. Принципи та напрями забезпечення здорового способу життя.

Тема 3. Психологія аддиктивної поведінки. Поняття аддикції; види аддиктивної реалізації; характерні риси аддиктивної особистості; рівні здоров'я: соматичний, психічний, психологічний; орієнтовні індикатори вживання психоактивних препаратів.

Тема 4. Особистість і стрес. Поняття психологічного стресу; історія вчення про стрес, теорії та моделі стресу; причини виникнення стресу; поняття професійного стресу; особливості поведінкових реакцій людини у стресових ситуаціях; процеси, ресурси та способи подолання стресу; інформаційні фактори стресу.

Тема 5. Різні стани психічного здоров'я та розладів і їх вплив на проблеми на робочому місці. Грамотність персоналу щодо психічного здоров'я (включно з розвитком психічного розладу, неповносправністю, розкриттям інформації, суїцидом та самоушкоджуючою поведінкою, конфліктами в сім'ї). Комунікація та підтримка працівників, що стикаються з психологічними труднощами на різному етапі проходження циклу співпраці з організацією.

Програмні результати навчання

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.

ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

Форми поточного та

При проведенні поточного контролю використовуються

підсумкового контролю	наступні форми: перевірка конспекту лекцій, опитування, оцінювання виступів студентів та їхньої участі у дискусії. Формою підсумкового контролю є залік, що включає в себе теоретичні та практичні завдання.
-----------------------	---

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Підсумкові бали з навчальної дисципліни визначаються як сума балів, отриманих здобувачем протягом семестру та балів, набраних на підсумковому контролі (залік).

Підсумкові бали = Загальна кількість балів перед підсумковим контролем + Кількість балів за підсумковий контроль

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS

Оцінка в балах	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		Оцінка	Пояснення
90 - 100	Відмінно (зараховано)	A	« Відмінно » - теоретичний зміст курсу освоєний цілком, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом сформовані, всі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання, виконані в повному обсязі, відмінна робота без помилок або з однією незначною помилкою.
80 – 89	Добре (зараховано)	B	« Дуже добре » - теоретичний зміст курсу освоєний цілком, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, всі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання, виконані, якість виконання більшості з них оцінено числом балів, близьким до максимального, робота з двома – трьома незначними помилками.
75 – 79		C	« Добре » - теоретичний зміст курсу освоєний цілком, практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, всі навчальні завдання, які передбачені програмою навчання, виконані, якість виконання жодного з них не оцінено мінімальним числом балів, деякі види завдань виконані з помилками, робота з декількома незначними помилками, або з однією – двома значними помилками.
65 – 74	Задовільно (зараховано)	D	« Задовільно » - теоретичний зміст курсу освоєний не повністю, але прогалини не носять істотного характеру, необхідні практичні навички роботи з освоєним матеріалом в основному сформовані, більшість передбачених програмою навчання навчальних завдань виконано, деякі з виконаних завдань містять помилки, робота з трьома значними помилками.
60 – 64		E	« Достатньо » - теоретичний зміст курсу освоєний частково, деякі практичні навички роботи не сформовані, частина передбачених програмою навчання навчальних завдань не виконана, або якість виконання деяких з них оцінена числом балів, близьким до мінімального, робота, що задовольняє мінімум критеріїв оцінки.
21 – 59	Незадовільно	FX	« Умовно незадовільно » - теоретичний зміст курсу

	(не зараховано)		освоєний частково, необхідні практичні навички роботи не сформовані, більшість передбачених програм навчання, навчальних завдань не виконана, або якість їхнього виконання оцінена числом балів, близьким до мінімального, при додатковій самостійній роботі над матеріалом курсу можливе підвищення якості виконання навчальних завдань (з можливістю повторного складання), робота, що потребує доробки.
1 – 20		F	« Безумовно незадовільно » - теоретичний зміст курсу не освоєний, необхідні практичні навички роботи не сформовані, всі виконані навчальні завдання містять грубі помилки, додаткова самостійна робота над матеріалом курсу не приведе до значимого підвищення якості виконання навчальних завдань, робота, що потребує повної переробки.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Основна література

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: Perse, 2006. – 528 с.
2. Бодров В.А. Профессиональное утомление. М.: ИП РАН, 2009. – 560 с.
3. Ложкін Г.В., Коцан І.Я. Психологія: терміни, поняття, визначення. Луцьк: ВНУ, 2011. – 188 с.
4. Ложкін Г.В., Воляннюк Н.Ю., Солтик О.О. Психологія праці. Хмельницький: ХНУ, 2013. – 191 с. 4.2

Додаткова література:

1. Прохоров А.О., Юсупов М.Г. Повседневное трансовое состояние. М.: ИП РАН, 2013. – 176 с.
2. Прохоров А.О. Смысловая регуляция психологических состояний. М.: ИП РАН, 2009. – 350 с.
3. Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного общества. М.: ИП РАН, 2014. – 318 с.
4. Психология здоровья/ под ред. Г.С. Никифорова. Питер, 2003. – 605 с.