ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

Кафедра психології

“**ЗАТВЕРДЖУЮ**”

Проректор

з навчальної роботи

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

“\_\_\_\_\_\_”\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019 р.

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**ПСИХОЛОГІЯ ТРИВОЖНОСТІ**

Галузь знань: 05 – соціальні та поведінкові науки

для спеціальності: 053- психологія

спеціалізації: клінічна психологія

інституту, факультету, відділення: ЛНУ ім. І.Франка, філософський факультет,

відділення «психологія»

ПСИХОЛОГІЯ СІМ’Ї

за напрямом підготовки 0401-психологія, спеціальністю 7.040 101-психологія. - \_\_\_\_\_\_\_: \_\_\_\_\_\_\_\_, 2019.- \_\_ с.

Розробники: **Волошок О.В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології**.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_ від. “\_\_\_\_”\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019 р.

Завідувач кафедрою психології доц. Грабовська С.Л.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)

(підпис) (прізвище та ініціали)

“\_\_\_\_\_”\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019 р.

Схвалено методичною комісією за напрямом підготовки (спеціальністю)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(шифр, назва)

Протокол № \_\_\_ від. “\_\_\_\_”\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019 р.

“\_\_\_\_\_”\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019 р. Голова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_( \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)

(підпис) (прізвище та ініціали)

©\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, 2019

© \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, 2019

# Опис навчальної дисципліни

# *(Витяг з робочої програми навчальної дисципліни*

# *“ПСИХОЛОГІЯ ТРИВОЖНОСТІ”)*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Найменування показників | Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень | Характеристика навчальної дисципліни | | |
| *денна форма навчання* | *заочна форма навчання* | |
| Кількість кредитів, – 6 | Галузь знань  05 - соціальні та поведінкові науки  (шифр, назва) | Дисципліна вільного вибору | | |
| Модулів – 2 | Напрям  053 - психологія  (шифр, назва) | *Рік підготовки:* | | |
| Змістових модулів – 2 | Спеціальність - психологія | 2-й | |  |
| Курсова робота (немає) | *Семестр* | | |
| Загальна кількість годин - 180 | 3-й | |  |
| *Лекції* | | |
| Тижневих годин для денної форми навчання:  аудиторних – 2 год. лекції та 2 год. семінари,  самостійної роботи студента – 7,25 | Освітньо-кваліфікаційний рівень:  Студенти-психологи 2 курсу | 32 год. | |  |
| *Практичні, семінарські* | | |
| 32 год. | |  |
| *Лабораторні* | | |
| 0 год. | |  |
| *Самостійна робота* | | |
| 116 год. | |  |
| ІНДЗ: | | |
| Вид контролю: залік | | |

1. **Мета та завдання навчальної дисципліни**

**МЕТА ТА ЗАВДАННЯ КУРСУ:** ознайомити студентів-психологів з віковими та індивідуальними формами прояву тривожності, з її причинами та наслідками, способами компенсації та подолання тривоги; розкрити методи діагностики та психокорекції тривожності у дітей та підлітків.

***Вимоги до знань та умінь*** студентів-слухачів даного курсу:

**ЗНАТИ:**

* Сутність та взаємозв’язок понять „тривожність”, „тривога”, та „страх”;
* Критерії та ознаки різних видів тривожності: загальної (особистісної), ситуативної (шкільної, міжособистісної), відкритої та прихованої;
* Вікова динаміка змісту страхів та тривоги у дітей та підлітків;
* Форми прояву тривоги та тривожності та способи їх подолання;
* Роль соціально-психологічних та біологічних детермінант у виникненні тривожності;
* Методи психодіагностики особистісної та ситуативної тривожності у дітей та підлітків;
* Напрями психокорекції та профілактики тривожності у дітей та підлітків.

**УМІТИ:**

* розрізняти види та виявляти ознаки тривожності у дітей та підлітків;
* проводити діагностичну роботу з метою виявлення виду та рівня прояву тривожності у дошкільнят та школярів;
* проводити корекційно-розвиваючу роботу з тривожними дітьми та підлітками;
* надавати рекомендації і проводити просвітницьку роботу з членами родини дітей з підвищеним рівнем особистісної тривожності;

ознайомити студентів-психологів з психологією шлюбно-сімейних стосунків як науковою дисципліною, так і прикладною галуззю психологічної науки (навчальна); теоретична підготовка молоді до сімейного життя (виховна).

1. **Програма навчальної дисципліни**

**Змістовий модуль 1. Теоретичні підходи до проблеми формування і прояву тривоги та тривожності в період становлення особистості.**

**Тема 1.** Аналіз проблеми тривожності у працях вітчизняних та західних психологів: історія та сучасність. Сутність понять „тривога”, „страх” і „тривожність”.

*Дослідження тривожності у працях філософів 19 ст., психологів 20 ст. Порівняльна характеристика понять «тривога», „страх” і „тривожність”: спільні та відмінні риси. Функції тривожності та її прояви на фізіологічнму, поведінковому рівнях. Теорія диференційних емоцій К.Ізарда. Теорія явищ тривожного ряду Ф.Березіна.*

**Література:**

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность: Хрестоматия. – СПб: - Питер, 2001.
2. Изард К. Психология эмоций. – СПб, 2003.
3. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.

**Тема 2.** Статево-вікові особливості прояву та змісту тривожності у дітей та підлітків. *Характер переживань та форми прояву тривоги у дітей та підлітків. Динаміка рівня тривожності у школярів. Статеві відмінності у змісті страхів та інтенсивності прояву тривоги у різний віковий період. Теорія Р.Мея, дослідження А.Захарова та А.Прихожан.*

**Література:**

1. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. – СПб.: СОЮЗ, 2000. – 336 с.
2. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб, 2000.
3. Мэй Р. Смысл тревоги. – М., 2001.
4. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.

**Тема 3.** Психологічна характеристика видів тривожності. Вплив тривожності на діяльність та розвиток особистості.

*Класифікація видів тривожності за З.Фрейдом, А.Прихожан, К.Спілбергером. Вплив тривожності на успішність навчальної діяльності школярів, соціальну адаптацію у колективі. Поняття базальної тривоги та стратегії оптимізації міжособистісних стосунків за К.Хорні. Поняття комплекс неповноцінності у теорії А.Адлера.*

**Література:**

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность: Хрестоматия. – СПб: - Питер, 2001.
2. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. - СПб.: Питер, 2002. – 224 с.
3. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.
4. Школьная дезадаптация. Эмоциональные и стрессовые расстройства у детей и подростков. – М., 1995.

**Тема 4.** Роль соціально-психологічних та біологічних детермінант у виникненні тривожності. Тривожність як наслідок порушення батьківсько-дитячих відносин та відносин у системі «вчитель-учень».

*Внутрішні та зовнішні джерела тривожності. Теорія Я.Стреляу, В.Мерліна про роль темперамента у схильності прояву тривожності. Теорія В.Мясіщева, З.Фрейда, К.Роджерса про внутрішній конфлікт особистості як джерело виникнення стану тривоги.. Теорія Г.Салівена та К.Хорні про тривожність як наслідок порушень у міжособистісних стосунках дитини і значущого дорослого.*

**Література:**

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность: Хрестоматия. – СПб: - Питер, 2001.
2. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб, 2000.
3. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості.– К: Освіта, 1988.
4. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. - СПб.: Питер, 2002. – 224 с.

**Змістовий модуль 2. Шляхи та методи психодіагностики, корекції дитячої тривожності.**

**Тема 5.** Методи діагностики особистісної та ситуативної тривожності у дітей та підлітків.

*Роль спостереження та проективних тестів у дослідженні тривожності у період дитинства. Методики на діагностику окремих видів тривожності у шкільний період (особистісна і ситуативна тривожність, шкільна тривожність). Проективні та вербальні тести на виявлення дитячих страхів.*

**Література:**

1. Диагностика состояния тревоги и личностной тревожности у детей и подростков / Сост. Ю.Л. Ханин. – Вильнюс, 1988.
2. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И.В.Дубровиной. – М., 1991.
3. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.

**Тема 6.** Шляхи психокорекціі та профілактики дитячої та підліткової тривожності. *Методи психокорекції тривожності у різних теоретичних напрямках: поведінковому, гуманістичному, психоаналітичному, у гештальт-психології. Окремі види психотерапії страхів і стану тривоги*: *арт-терапія, казкотерапія, ігрова та пісочна терапія. Етапи корекційної роботи з тривожними дітьми (та батьками) за А.Захаровим та О.Хухлаєвою.*

**Література:**

1. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. – СПб.: СОЮЗ, 2000. – 336 с.
2. Кэдьюсон Х., Шеффер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – СПб, - 2000.
3. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов // А.С. Спиваковская. Психотерапия: игра, детство, семья. Т.2. – М., 1999.
4. Хухлаева О.В.. Хухлаев О.Е. Лабиринт души: Терапевтические сказки. – М.: Академический Проект, 2001. – 224 с.

**Тема 7.** Тренінгова робота з тривожними дітьми та їх батьками.

*Програма тренінгу взаємодії батьків з тривожними дітьми за Є.Лютовою, Г.Моніною. План та зміст занять. Правила проведення та тривалість окремих занять і всього тренінгу в цілому. Методи роботи у тренінговій групі.*

**Література:**

1. Воропаева И.П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников: Методическое пособие. – М., 1993.
2. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПБ: Речь, 2001. – 190 с.
3. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. Москва, 1986.

**4. Структура навчальної дисципліни**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | | | | | | | |
| Денна форма | | | | | | Заочна форма | | | | | |
| Усього | у тому числі | | | | | Усього | у тому числі | | | | |
| л | п | лаб | інд | ср | л | п | лаб | інд | ср |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| **Модуль 1** | | | | | | | | | | | | |
| **Змістовий модуль 1**. **Теоретичні підходи до проблеми формування і прояву тривоги і тривожності в період становлення особистості.** | | | | | | | | | | | | |
| **Тема 1.** Аналіз проблеми тривожності у працях вітчизняних та західних психологів: Сутність понять „тривога”, „страх” і „тривожність”. |  | 3 | 0 | 0 | 0 | 9 |  | 5 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| **Тема 2.** Статево-вікові особливості прояву та змісту тривожності у дітей та підлітків. Динаміка рівня тривожності у школярів. Характер переживань та форми прояву тривоги. |  | 3 | 0 | 0 | 0 | 9 |  | 3 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| **Тема 3.** Психологічна характеристика видів тривожності. Вплив тривожності на діяльність та розвиток особистості. |  | 2 | 0 | 0 | 0 | 9 |  | 4 | 0 | 0 | 0 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Разом – зм. модуль1 | 10 |  |  |  |  | 27 |  | 14 |  |  |  |  |
| **Змістовий модуль 2.** **Шляхи та методи психодіагностики, корекції дитячої тривожності.** | | | | | | | | | | | | |
| **Тема 1.** Методи діагностики особистісної та ситуативної тривожності у дітей та підлітків. Спостереження, проективні та вербальні тести. |  | 2 | 0 | 0 | 0 | 9 |  | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| **Тема 2.** Шляхи психокорекціі та профілактики дитячої та підліткової тривожності. Арт-терапія, казкотерапія, ігрова терапія.. Тренінгова робота з батьками та дітьми. |  | 3 | 0 | 0 | 0 | 9 |  | 3 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| **Тема 3.** Програма тренінгу взаємодії батьків з тривожними дітьми. План та зміст занять. |  | 2 | 0 | 0 | 0 | 9 |  | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Разом – зм. модуль 2 | 8 |  |  |  |  | 27 | 8 |  |  |  |  |  |
| Усього годин | 18 |  |  |  |  | 54 | 22 |  |  |  |  |  |

1. **Теми семінарських занять**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  з/п | Назва теми | Кількість  годин |
| 1 | Сутність поняття „тривога” і „тривожність” у психологічних теоріях фрейдизму, неофредизму, гештальтпсихології та інших напрямках. Порівняльний аналіз. | 4 |
| 2 | Психологічний зміст та прояв тривожності на різних етапах дитинства. Дитячі страхи. Спеціфіка емоційних переживань у хлопців та дівчат. | 2 |
| 3 | Сутність особистісної та ситуативної тривожності. Шкільна тривожностіь: причини та наслідки. | 2 |
| 4 | Вплив умов сімейного виховання на розвиток тривожності у дітей. Тип темпераменту як особистісний чинник реагування на стрес. | 2 |
| 5 | Емпіричні методи збору інформації про тривожність дитини. Малюнкові проективні тести, вербальні тести та опитувальники для дітей та підлітків. | 2 |
| 6 | Напрямки психокорекції тривожності у дітей та підлітків.: | 4 |
| 7 | Програма тренінгу взаємодії батьків з тривожними дітьми. | 2 |
|  | Разом | 18 |

**Тема 1.** Сутність поняття „тривога” і „тривожність” у психологічних теоріях фрейдизму, неофредизму, гештальтпсихології та інших напрямках. Порівняльний аналіз.

1. Аналіз поняття «тривога» у працях західних та вітчизняних психологів.

2. Аналіз поняття «страх» у працях західних та вітчизняних психологів.

3. Сутність поняття «тривожність» на сучасному етапі розвитку психологічної науки.

**Література:**

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность: Хрестоматия. – СПб: - Питер, 2001.
2. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.
3. Риман Ф. Основные формы страха: исследование в области глубинной психологии. – М., 1999.
4. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. - СПб.: Питер, 2002. – 224 с.

**Тема 2.** Психологічний зміст та прояв тривожності на різних етапах дитинства. Дитячі страхи. Спеціфіка емоційних переживань у хлопців та дівчат.

1. Прояви тривоги у немовлячий період. Теорія Роло Мея.
2. Зміст страхів та прояв тривоги у період раннього дитинства та у дошкільному віці.
3. Зміст страхів та прояв тривоги у період молодшого шкільного та підліткового віку.
4. Походження, зміст страхів і тривоги у період ранньої юності.

**Література:**

1. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб, 2000.
2. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості.– К: Освіта, 1988.
3. Мэй Р. Смысл тревоги. – М., 2001.
4. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.

**Тема 3.** Сутність особистісної та ситуативної тривожності. Шкільна тривожностіь: причини та наслідки.

1. Види тривожності за З.Фрейдом, Спілбергером.
2. Прояви шкільної тривожності.

**Література:**

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность: Хрестоматия. – СПб: - Питер, 2001.
2. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.
3. Школьная дезадаптация. Эмоциональные и стрессовые расстройства у детей и подростков. – М., 1995.

**Тема 4.** Вплив умов сімейного виховання на розвиток тривожності у дітей. Тип темпераменту як особистісний чинник реагування на стрес.

1. Теорії Г.Салівена, К.Хорні, А.Адлера та А.Захарова про роль сімейного виховання та особистості батьків на виникнення тривожності у дітей.
2. Теорії Я.Стреляу, В.Мерліна про роль темперамента у схильності особи до прояву тривожності.

**Література:**

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность: Хрестоматия. – СПб: - Питер, 2001.
2. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. – СПб.: СОЮЗ, 2000. – 336 с.
3. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. - СПб.: Питер, 2002. – 224 с.

**Тема 5.** Емпіричні методи збору інформації про тривожність дитини.

1. Малюнкові проективні тести для дітей.
2. Вербальні тести та опитувальники для підлітків і старшокласників.

**Література:**

1. Диагностика состояния тревоги и личностной тревожности у детей и подростков / Сост. Ю.Л. Ханин. – Вильнюс, 1988.
2. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. Москва, 1986.
3. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И.В.Дубровиной. – М., 1991.

**Тема 6.** Напрямки психокорекції тривожності у дітей та підлітків.

1. Методи психокорекції тривожності у різних теоретичних напрямках.
2. Ігри та вправи, спрямовані на зняття напруження, підвищення самооцінки та набуття навичок самовладання.
3. Психотерапія дитячих страхів: арт-терапія, казкотерапія, ігрова та лялько терапія.

**Література:**

1. Воропаева И.П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников: Методическое пособие. – М., 1993.
2. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. – СПб.: СОЮЗ, 2000. – 336 с.
3. Кэдьюсон Х., Шеффер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – СПб, - 2000.
4. Хухлаева О.В.. Хухлаев О.Е. Лабиринт души: Терапевтические сказки. – М.: Академический Проект, 2001. – 224 с.

**Тема 7.** Програма тренінгу взаємодії батьків з тривожними дітьми.

1. План та зміст тренінгових занять.
2. Методи роботи психолога та види діяльності учасників тренінгу на різних його етапах.
3. Умови ефективності проведення тренінгу взаємодії батьків з тривожними дітьми.

**Література:**

1. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПБ: Речь, 2001. – 190 с.
2. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. Москва, 1986.
3. Прихожан А.М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми // Активные методы в работе школьного психолога. – М., 1990.

**6. Самостійна робота**

|  |  |
| --- | --- |
| Назва теми | Кількість  годин |
| Аналіз проблеми тривожності у працях вітчизняних та західних психологів: Сутність понять „тривога”, „страх” і „тривожність”. | 9 |
| Статево-вікові особливості прояву та змісту тривожності у дітей та підлітків. Динаміка рівня тривожності у школярів. | 9 |
| Вплив сімейних стосунків, виховання на появу страхів і тривожності у дітей. Дослідження А.І.Захарова. | 9 |
| Вплив тривожності на діяльність і розвиток особистості. Дослідження А.Прихожан. | 9 |
| Методи діагностики тривожності у дітей та підлітків. | 9 |
| Шляхи психокорекціі та профілактики дитячої та підліткової тривожності. Тренінгова робота з батьками та дітьми. | 9 |
| Разом | 54 |

**7. Методи контролю**

***Поточний контроль*** здійснюється під час проведення се­мінарських занять і має на меті перевірку рівня підготовленості студента до практичного заняття, рівень засвоєння знань з конкретної теми предмету «Психологія тривожності». *Форми проведення поточного контролю* - оцінки за присутність, оцінювання знань та вмінь студентів під час виступу на семінарі, оцінювання виконання тестових завдань в кінці кожного з 2-х змістових модулів, оцінювання конспектів першоджерел з психології тривожності.

***Семестровий*** контроль проводиться за однією із таких форм: се­местровий іспит та залік (стаціонар), залік (заочне відділення) в обсязі навчального матеріалу, визначеного навчальною програ­мою, і в терміни, встановлені навчальним планом.

*Форма проведення іспиту* – тес­това, *форма проведення заліку* - письмово-усна (комбінована). Під час семестрового контролю враховуються результати здачі усіх видів навчальної роботи згідно із структурою залікових кредитів.

**8. Розподіл балів, що присвоюється студентам**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Поточне тестування та самостійна робота | | | | | | | Сума |
| Змістовий модуль 1 | | | | Змістовий модуль  2 | | | 100 |
| Т1 | Т2 | Т3 | Т4 | | Т5 | Т6 |  |
| 8 | 8 | 8 | 36 | | 16 | 24 |

***Вимоги до заліку з спецкурсу „Психологія тривожності” для студентів 3 курсу*** *(1 семестр, 18 годин - лекцій, 18 годин - практичних занять, 2 години - залік):*

Аудиторна робота:

1. Присутність на практичних заняттях – 1 бал (за семестр 9 балів максимум)

2. Активність на практичному занятті – виступ 1 бал, доповнення 0,5 балів (за семестр 9 балів максимум, за заняття 1 бал максимум)

3. Підсумкова контрольна робота - 10 балів максимум за правильні відповіді на 3 запитання (1 запитання (теорія) - 4 бали максимум, 2 запитання (діагностика) - 3 бали максимум і 3 запитання (корекція) - 3 бали максимум також).

**P.S.** до п. № 2: активність студент може виявити через виступ з доповіддю по опрацьованим науковим статтям (тези), відповіді на запитання викладача, участь у дискусії з проблем психології тривожності.

*Максимальна кількість балів за аудиторну роботу за семестр становить 28 балів.*

Самостійна робота:

1. Опрацювання наукових статтей з проблем тривожності особистості – 2 бали за 1 статтю (за семестр 10 балів максимум за 5 статтей або параграфів книги об’ємом не менше 4 друкованих сторінок)
2. Протоколи дослідження тривожності у дитячому, підлітковому та юнацькому віці – 2 бали за 1 протокол (за семестр 12 балів максимум за 6 протоколів, по 2 протоколи дослідження тривожності у різний віковий період).

**P.S.** до п. № 4: Опрацювання наукових статтей/параграфів книг з психології тривожності здійснюється у такій послідовності:

1) подаєте назву статті та дані про автора у зошиті.

2) вказуєте джерело, рік видання журнала чи книги, з якого ви опрацьовували статтю/параграф.

3) складаєте план тексту по пунктах.

4) подаєте перелік ключових слів до теми статті/параграфа.

5) складаєте тези доповіді за статтею/параграфом.

*Максимальна кількість балів за самостійну роботу за семестр становить – 22 бали.*

Залік

Полягає у перевірці всієї виконаної аудиторної та самостійної роботи студента під час семестру. *Максимальна кількість балів за дані види робіт становить 50 балів. Отримані бали множаться на 2.* Отже, підсумкова оцінка за залік може становити для студента 100 балів максимум.

* при оформленні документів за екзаменаційну сесію використовується таблиця відповідності оцінювання знань студентів за різними системами.

**Шкала оцінювання: вузу, національна та ECTS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Оцінка ECTS*** | ***Оцінка в балах*** | ***За національною шкалою*** | | |
| ***Екзаменаційна оцінка, оцінка з диференційованого заліку*** | | ***Залік*** |
| **А** | 90 – 100 | 5 | *Відмінно* | *Зараховано* |
| **В** | 81-89 | 4 | ***Дуже добре*** |
| **С** | 71-80 | ***Добре*** |
| **D** | 61-70 | 3 | ***Задовільно*** |
| **Е** | 51-60 | ***Достатньо*** |

**9. Методичне забезпечення**

Робоча програма навчального курсу «Психологія тривожності», опорні конспекти лекцій, фолії з текстовою і зображувальною наочністю.

**10. Рекомендована література**

**Базова:**

1. Айзенк Х. Психологические теории тревожности // Тревога и тревожность: Хрестоматия. – СПб: - Питер, 2001.
2. Астапов В.М. Тревожность у детей. – СПб, 2004.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 1968.
4. Воропаева И.П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников: Методическое пособие. – М., 1993.
5. Диагностика состояния тревоги и личностной тревожности у детей и подростков / Сост. Ю.Л. Ханин. – Вильнюс, 1988.
6. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. – СПб.: СОЮЗ, 2000. – 336 с.
7. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб, 2000.
8. Изард К. Психология эмоций. – СПб, 2003.
9. Кононко О.Л. Соціально-емоційний розвиток особистості.– К: Освіта, 1988.
10. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПБ: Речь, 2001. – 190 с.
11. Мэй Р. Смысл тревоги. – М., 2001.
12. Прихожан А.М. Психология тревожности. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.
13. Прихожан А.М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми // Активные методы в работе школьного психолога. – М., 1990.
14. Риман Ф. Основные формы страха: исследование в области глубинной психологии. – М., 1999.
15. Селье Г. Стресс без дистресса. – М. – 1995.
16. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. - СПб.: Питер, 2002. – 224 с.

**Допоміжна:**

1. Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М., 1984.

2. Зимбардо Ф. Застенчивость. – СПб, 1995. – 256 с.

3. Кондаш О. Переживания: страх перед испытанием. – Киев. 1981.

4. Кэдьюсон Х., Шеффер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – СПб, - 2000.

5. Лутошкин А.Н. Эмоциональная жизнь детского коллектива. – М., 1978.

6. Монтень М. О страхе // Монтень М. Опыты. Т.1.Гл.18. – М., 1960.

5. Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения. –Л., 1983.

7. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. Москва, 1986.

8. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И.В.Дубровиной. – М., 1991.

9. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов // А.С. Спиваковская. Психотерапия: игра, детство, семья. Т.2. – М., 1999.

10. Хухлаева О.В.. Хухлаев О.Е. Лабиринт души: Терапевтические сказки. – М.: Академический Проект, 2001. – 224 с.

11. Школьная дезадаптация. Эмоциональные и стрессовые расстройства у детей и подростков. – М., 1995.

**11. Інформаційні ресурси**

1. <http://psy.piter.com/library/>
2. <http://psy.rin/article/>526-101.htm
3. [www.psych.uw.edy.p](http://www.psych.uw.edy.p)
4. [www.psychologia](http://www.psychologia)
5. [www.mirsemji.com.ua](http://www.mirsemji.com.ua)
6. [www.roditeli.ua](http://www.roditeli.ua)

**Міждисциплінарні зв’язки**

Психологія тривожності пов’язана з такими дисциплінами як: загальна психологія (розділ: психологія особистості), вікова психологія, психокорекція і психотерапія.