

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Львівський національний університет імені Івана Франка
Факультет філософський
Кафедра психології

Затверджено
На засіданні Вченої ради
філософського факультету
Львівського національного університету
імені Івана Франка
(протокол № 295/7 від 28.08.2024 р.)

Завідувач кафедри:
Кандидат філософських наук, професор
С.Л. Грабовська

Силабус з навчальної дисципліни
«ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПЕРСОНАЛУ ОРГАНІЗАЦІЇ»,
що викладається в межах ОПП «Психологія» першого
(бакалаврського) рівня вищої освіти для здобувачів зі спеціальності
053 «Психологія»
2022 року вступу

Львів 2024 р.

Назва курсу	Психічне здоров'я персоналу організації
Адреса викладання курсу	вул. Коперника, 3, м. Львів
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	кафедра психології філософського факультету
Галузь знань, шифр та назва спеціальності	05 – Соціальні і поведінкові науки, 053 – Психологія
Викладачі курсу	Чолій Софія Мирославівна, доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук
Контактна інформація викладачів	ел. пошта sofiya.choliy@lnu.edu.ua
Консультації по курсу відбуваються	В день проведення лекційних/практичних занять та згідно з розкладом консультацій на 1 семестр 2024/2025 навчального року
Сторінка курсу	https://filos.lnu.edu.ua/academics/bachelor/spetsialnist-psykholohiia-053
Інформація про курс	Дисципліна «Психічне здоров'я персоналу організації» є дисципліною зі спеціальності 053 – Психологія, спеціалізації «Психологія управління», яка викладається в 5 семестрі бакалаврату в обсязі 5,5 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS).
Коротка анотація курсу	Курс «Психічне здоров'я персоналу організації» має теоретико-прикладний характер, покликаний сформуванню у студентів знання про основні показники психічного здоров'я працівників, розуміння індивідуальних та організаційних факторів, що на нього впливають; виробити вміння та навички діагностики поширених психічних розладів, а також оцінки психічного стану працівника, соціально-психологічних компонентів організаційного середовища з метою запобігання виникненню психологічних труднощів на робочому місці, зниженні рівня робочого стресу, підвищенні рівня суб'єктивного благополуччя та задоволеності роботою працівників.
Мета та цілі курсу	<i>Мета курсу</i> - ознайомити студентів із показниками психічного здоров'я працівників, що забезпечують ефективну та продуктивну працю, можливими психологічними труднощами на робочому місці, а також психологічними характеристиками організаційного середовища. Отримані під час вивчення курсу знання, практичні вміння та навички сприятимуть психологічній підготовці майбутнього фахівця до роботи з персоналом організації.
Література для вивчення дисципліни	1. Абсалямова Л. М. Образ тіла як психологічний чинник порушень харчової поведінки / Л. М. Абсалямова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. - 2017. - Вип. 56. - С. 9-18. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2017_56_3 . 2. Абсалямова Л. М. Розлади та порушення харчової поведінки особистості / Л. М. Абсалямова // Проблеми сучасної психології. - 2014. - Вип. 25. - С. 19-33. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_25_4 . 3. Аймедов К. В. Сучасна діагностична концепція посттравматичного стресового розладу / К. В. Аймедов, А. Е. Волощук, Ю. О. Асеева, О. А. Толмачов // Архів психіатрії. - 2016. -

- Т. 22, № 2. - С. 128-129. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apsuh_2016_22_2_43.
4. Асєєва Ю. Комп'ютерна залежність, інтернет залежність та кібер-адикції (історичний огляд дефініції) // Психологічний журнал. – Вип 6., 2020 - <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/995/615>
5. Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии. <https://bookap.info/genpsy/kogterdep/>
6. Бурка Дж., Юен Л. Прокрастинація. Чому ви вдаєтеся до неї і що можна зробити із цим вже сьогодні. – Львів: Видавництво Старого Лева, 2019. – 400 с.
7. Гапонов К. Д. Алкогольна залежність в умовах соціального стресу: епідеміологічні, клінічні і лікувальні аспекти / К. Д. Гапонов // Український вісник психоневрології. - 2016. - Т. 24, вип. 4. - С. 54-60. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvpr_2016_24_4_13.
8. Гапонов К. Д. Алкогольна залежність і соціальний стрес: біохімічні, нейрофізіологічні і психосоціальні механізми взаємовпливу (огляд літератури) [Електронний ресурс] / К. Д. Гапонов // Український вісник психоневрології. - 2018. - Т. 26, вип. 1. - С. 104-109. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvpr_2018_26_1_24
9. Горбунова В. Сприяння соціального оточення відновленню та зростанню особистості при посттравматичних станах та розладах / Вікторія Горбунова // "Наука і освіта". – № 5. – 2016. – С. 40-45.
10. Гоцуляк Н. Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання / Н. Є. Гоцуляк // Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Сер. : Педагогічні та психологічні науки. - 2015. - № 1. - С. 378-390. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpnapv_ppn_2015_1_31.
11. Дослідження з етіології, профілактики та лікування хімічних залежностей: конспекти основних статей. Частина 1. посібник / Кол. авт.; За заг. ред. доцента О.О. Сердюка та В.В. Бурлаки. — Харків : Діса плюс, 2015. — 478 с.
12. Жуковина О.В., Грєцька Г.А. Профілактика та подолання стресів на робочому місці – 2020. https://dspace.nuph.edu.ua/bitstream/123456789/23324/1/Страницы%20из%20СОЦИАЛЬНА%20ФАРМАЦИЯ_362-365.pdf
13. Караваєва В. А. Основні теоретичні підходи до вивчення проблеми трудоголізму в психології / В. А. Караваєва // Проблеми сучасної психології. - 2013. - № 2. - С. 69-75 . - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2013_2_15.
14. Карамушка Л. М., Бондарчук О. І., Грубі Т. В. Діагностика перфекціонізму та трудоголізму особистості: психологічний практикум / Л.М.Карамушка, О.І.Бондарчук, Т. В. Грубі. – Кам'янець-Подільський : Медобори-2006, 2018. – 64 с.
15. Кучманич І. М. Психологічний механізм виникнення та перебігу психологічної травми в особистості / І. М. Кучманич, Р. А. Мороз // Проблеми сучасної психології. - 2017. - Вип. 36. - С. 146-159. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2017_36_14.
16. Мірошніченко О.А.Профілактика синдрому «професійного вигорання» у працюючих в екстремальних умовах: Навчально-методичний посібник. / Олена Анатоліївна Мірошніченко. – Житомир : Вид- во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. – 156 с.
17. МКХ-10. (F00-F99) Клас V. Розлади психіки і поведінки. (F30-F39) Розлади настрою (афективні розлади).
18. МКХ-10. (F00-F99) Клас V. Розлади психіки і поведінки. (F40-F48) Невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади. [https://uk.wikipedia.org/wiki/МКХ10:_Клас_V._Розлади_психіки_та_поведінки#\(F40-F48\)_Невротичні,_пов'язані_зі_стресом_та_соматоформні_розлади](https://uk.wikipedia.org/wiki/МКХ10:_Клас_V._Розлади_психіки_та_поведінки#(F40-F48)_Невротичні,_пов'язані_зі_стресом_та_соматоформні_розлади)
19. Мудрик А. Б. Трудоголізм як професійна адикція особистості / А. Б. Мудрик // Психологічні перспективи. - 2017. - Вип. 29. - С. 175-185. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2017_29_17.
20. Нечипорук М. Л., Денисюк С. Г. Кібернітичні розлади: причини і шляхи подолання. <http://ir.lib.vntu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/29980/Нечипорук.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Олійник Н.Ю. До питання поліпшення соціально-психологічного клімату в організації // «Young Scientist» - No 4 (44) - April, 2017. – С. 725-728
22. Організаційна поведінка / [Дон Гелрігел, Джон В. Слокум-молодший, Ричард В. Вудмен, Н. Сью Бренінг]; пер. з англ. І. Тарасюк, М. Зарицька, Н. Гайдукевич. – К.: «Основи», 2001. – 726 с.
23. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний

- аспект / Н. В. Каргіна // Наука і освіта. - 2015. - № 3. - С. 48-55.
24. Позитивна ціннісна пропозиція роботодавця (EVP) в програмах балансу "робота-життя" для персоналу організацій / М. Г. Ткалич, О. Ю. Якупова // Проблеми сучасної психології. - 2019. - № 1. - С. 136-141. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2019_1_22
25. Почебут Л.Г., Чикер В.А. Организационная социальная психология: Учебное пособие. СПб.: Речь, 2000. – (Глава III).
26. Професійні стреси: причини та методи запобігання / Н. М. Самолюк // Соціально-трудові відносини: теорія та практика. - 2016. - № 1. - С. 165-175. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/stvtpp_2016_1_20
27. Психічне здоров'я на перехідному етапі: результати оцінювання та рекомендації для інтеграції охорони психічного здоров'я в систему первинної медичної допомоги та громадські платформи в Україні. - <http://documents1.worldbank.org/curated/en/747231517553325438/pdf/120767-Ukrainian-PUBLIC-mental-health-UA.pdf>
28. Психічне здоров'я населення України: стан, проблеми та шляхи вирішення / В. В. Шафранський, С. В. Дудник // Україна. Здоров'я нації. - 2016. - № 3. - С. 12-18. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uzn_2016_3_4
29. Психологічне обґрунтування синдрому професійного вигорання / В. А. Урбанович, В. Є. Штифурак // Молодий вчений. - 2018. - № 5(1). - С. 27-30. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2018_5%281%29_9
30. Пфайфер С. Депресія : Хвороба сучасності / Д-р Самюель Пфайфер ; пер. О. Кушніков. – Львів : Свічадо, 2017. – 88 с.
31. Скляренко О.М. Теоретичні аспекти тривожних розладів // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. Випуск 4(49). – 2016. – С. 69-75
32. Соціально-психологічний клімат колективу / В. В. Вертель, А. О. Комашня, І. В. Федорчук // Вісник економіки транспорту і промисловості. - 2012. - Вип. 40. - С. 292-295. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vetp_2012_40_73
33. Спивак В.А. Корпоративная культура. – СПб. Питер, 2001.
34. Стан психічного здоров'я населення та перспективи розвитку психіатричної допомоги в Україні / М. К. Хобзей, П. В. Волошин, Н. О. Марута, О. М. Зінченко, О. О. Петриченко, Л. І. Дьяченко // Український вісник психоневрології. - 2012. - Т. 20, вип. 3. - С. 13-18. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp_2012_20_3_3
35. Суб'єктивне благополуччя і його індивідуально-психологічні та особистісні кореляти / І. Ф. Аршава, Д. В. Носенко // Вісник Дніпропетровського університету. Сер. : Педагогіка і психологія. - 2012. - Т. 20, вип. 18. - С. 3-9. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdupr_2012_20_18_3
36. Теоретичний аналіз сучасних поглядів на поняття "емоційне вигорання" / М. Г. Лаврова // Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія. - 2014. - Т. 19, Вип. 2. - С. 194-202. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vonu_psi_2014_19_2_23
37. Ткалич М.Г. Розробка та апробація опитувальника з визначення балансу «робота – життя» персоналу організацій // Проблеми сучасної психології. – 2014. – Вип.25 – С.506-517
38. Фактори становлення психологічного благополуччя особистості / Л. М. Яворовська, Г. С. Філоненко // Наука і освіта. - 2014. - № 12. - С. 216-220. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_12_44
39. Шебанова В. І. Харчова поведінка людини, їжа, тілесність як феномени повсякденної реальності (частина 1) / В. І. Шебанова // Проблеми сучасної психології. - 2014. - Вип. 23. - С. 720-731. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_23_65.
40. Шебанова В. І. Харчова поведінка людини, їжа, тілесність як феномени повсякденної реальності (частина 2) / В. І. Шебанова // Проблеми сучасної психології. - 2014. - Вип. 24. - С. 717-730. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_24_61.
41. Шейн Э. Организационная культура и лидерство. СПб.: Питер, 2002. – 336 с
42. Clark S.C. Work-family border theory: a new theory of work-family balance // Human Relations, 2000 – Vol.53 (6) – P.747-770
43. Gardner J., Oswald A. Money and mental wellbeing: a longitudinal study of medium-sized lottery wins// Discussion Paper No. 2233, July 2006 - <http://hdl.handle.net/10419/33935>
44. Gregory A., Milner S. Editorial: Work-life balance: A matter of choice? // Gender, Work and Organization, 2009. – Vol.16, #1. – P. 1-13

	<p>45. Healthy workplaces: a model for action: for employers, workers, policymakers and practitioners// WHO Library Cataloguing-in-Publication Data. - https://www.who.int/occupational_health/publications/healthy_workplaces_model_action.pdf?ua=1</p> <p>46. Helene Andrea, Ute Bu'tmann, Ludovic G. P. M. van Amelsvoort, Ymert Kant. The incidence of anxiety and depression among employees—the role of psychosocial work characteristics // Depression and Anxiety. Vol. 26. – 2009. - P. 1040–1048</p> <p>47. Jaclyn M. Jensen, Pankaj C. Patel and Jake G. Messersmith High -Performance Work Systems and Job Control: Consequences for Anxiety, Role Overload, and Turnover Intentions Journal of Management 2013 39: 1699-1724 http://jom.sagepub.com/content/39/6/1699</p> <p>48. Lockwood N. Work-life balance. Challenges and solutions // Society for human resource management Quarterly, 2003 – https://www.academia.edu/6531004/Work_Life_Balance_Challenges_and_Solutions</p> <p>49. Maslach, C.; Schaufeli, W. B.; Leiter, M. P. (2001). S. T. Fiske; D. L. Schacter; C. Zahn-Waxler (eds.). "Job burnout". Annual Review of Psychology. 52: 397–422.</p> <p>50. Mental health in the workplace // WHO information sheet. - https://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/en/</p> <p>51. Mental health in the workplace in Europe // EU Compass for Action on Mental health and Well-being. - https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/mental_health/docs/compass_2017workplace_en.pdf</p> <p>52. Mental health policies and programmes in the workplace. – Geneva, World Health Organization, 2005 (Mental Health Policy and Service Guidance Package).</p> <p>53. Putri A., Amran A. Employees' Work-Life Balance Reviewed From Work From Home Aspect During COVID-19 Pandemic // International Journal of Management Science and Information Technology (IJMSIT). – Vol. 1, No. 1. – 2021. – DOI: https://doi.org/10.35870/ijmsit.v1i1.231</p> <p>54. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology, 1989, Vol.57, #6, P.1069-1081</p> <p>55. Schonfeld, I.S.; Bianchi, R. (2016). "Burnout and depression: Two entities or one". Journal of Clinical Psychology. 72 (1): 22–37. doi:10.1002/jclp.22229. PMID 26451877</p> <p>56. Seven actions towards a mentally healthy organisation: A seven-step guide to workplace mental health; World Economic Forum's Global Agenda Council on Mental Health 2014-2016; 2016. Available at: https://www.mqmentalhealth.org/articles/global-agenda-council-mental-health-seven-actions</p> <p>57. Syrek C., Kühnel J., Vahle-Hinz T., Jessica de Bloom J. Being an accountant, cook, entertainer and teacher—all at the same time: Changes in employees' work and work-related well-being during the coronavirus (COVID-19) pandemic // International Journal of Psychology, 2021 DOI: 10.1002/ijop.12761</p> <p>58. Weiss A., Bates TC. & Luciano M. Happiness is a personal(ity) thing: The genetics of personality and well-being in a representative sample', Psychological Science, 2008, vol. 19, no. 3, pp. 205-210.</p>
Тривалість курсу	1 семестр
Обсяг курсу	165 год. 5,5 кредитів 64 години аудиторних занять. З них: 32 годин лекційних та 32 годин практичних занять. 101 година самостійної роботи
Очікувані результати навчання	<p><i>Курс призначений формувати у студентів такі загальні компетентності:</i></p> <p>ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.</p> <p>ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.</p> <p>ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</p> <p>ЗК8. Навички ефективної міжособової взаємодії.</p>

ЗК9 Здатність працювати в команді.

ЗК10. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

До спеціальних компетентностей, що розвиваються при вивченні курсу відносяться:

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову).

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

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

СК12. Здатність до спілкування в діалоговому режимі з науковою спільнотою, фахівцями-практиками та індивідуальними і груповими споживачами фахової психологічної допомоги в певній галузі наукової та/або практичної діяльності.

СК13. Здатність застосовувати уміння та навички для вирішення психологічних проблем, які виникають у кризових ситуаціях та ситуаціях з високим рівнем ризику і невизначеності (воєнний конфлікт, пандемія тощо).

Програмними результатами навчання курсу є:

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.

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

ПР4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної

	<p>допомоги.</p> <p>ПР6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.</p> <p>ПР9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.</p> <p>ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.</p> <p>ПР12. Скласти та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів тощо, відповідно до вимог замовника.</p> <p>ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.</p> <p>ПР14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.</p> <p>ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</p> <p>ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.</p> <p>ПР17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.</p> <p>ПР18. Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення).</p>
Ключові слова	Психічне здоров'я, психологічне благополуччя, організаційне середовище, дизайн роботи, корпоративна культура, психологічний клімат, емоційне вигорання, психічні розлади
Формат курсу	Очний
Теми	ДОДАТОК (схема курсу)
Підсумковий контроль, форма	залік в кінці семестру
Пререквізити	Курс «Психічне здоров'я персоналу організації» базується на знаннях студентів з курсів «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Клінічна психологія», «Психологія праці», достатніх для сприйняття категоріального апарату та вироблення фахових умінь та навичок.
Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу	Лекція, презентація, бесіда, дискусії, робота в малих групах, ділові ігри, мозковий штурм, колаборативне навчання, едускрам
Необхідне обладнання	Мультимедійний проектор, комп'ютер, дошка.
Критерії оцінювання (окремо для	Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співвідношенням: <ul style="list-style-type: none"> • семінарські заняття: 50% семестрової оцінки; максимальна кількість балів

<p>кожного виду навчальної діяльності)</p>	<p>50:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Навчально-дослідне завдання: “Розробка програми турботи про психічне здоров’я працівників організації” – 20 балів - Презентація програми – 10 балів - Робота в команді – 10 балів - Дослідження показників психічного здоров’я працівників організації – 20 балів - Модульна контрольна робота – 20 балів - Активність на заняттях, конспектування додаткової літератури – 20 балів <p>Підсумкова максимальна кількість балів 100.</p> <p>Академічна доброчесність при виконанні письмових робіт: Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.</p> <p>Відвідання занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають усі практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов’язані дотримуватися усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом.</p> <p>Література. Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.</p> <p>Політика виставлення балів. Враховуються бали набрані на поточному тестуванні, самостійній роботі та бали підсумкового тестування. При цьому обов’язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час практичного заняття; недопустимість пропусків та запізнь на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов’язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін. Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються.</p>
<p>Питання до заліку</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поняття про психічне здоров’я працівників. 2. Вплив роботи та безробіття на психічне здоров’я людини. 3. Показники психічного здоров’я людини за ВООЗ. 4. Концепція ідеального психічного здоров’я М. Ягоди. 5. Поняття про психічне захворювання, типологія психічних захворювань. 6. Співвідношення понять «психічне здоров’я» та «психічне захворювання» 7. Фактори ризику для психічного здоров’я працівників, пов’язані з

	<p>роботою.</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Поняття про здорове робоче середовище. 9. Ментальне, психологічне, суб'єктивне благополуччя: характеристика понять та зв'язків між ними. 10. Показники психологічного благополуччя людини. 11. Модель психологічного благополуччя К.Риф. 12. Концепція суб'єктивного благополуччя Е. Дінера. 13. Фактори та об'єктивні чинники суб'єктивного благополуччя. 14. Діагностика показників психологічного та суб'єктивного благополуччя працівника. 15. Баланс життєвих сфер робота-особиста життя, його актуальність на сучасному етапі розвитку суспільства. 16. Фактори, що впливають на баланс життєвих сфер. 17. Негативні наслідки порушення балансу в сферах робота-особисте життя. 18. Баланс життєвих сфер робота-особиста життя та рольова ідентичність. 19. Теорія кордону між сферами робота-сім'я Е. Кларк. 20. Організаційні практики балансування життєвих сфер працівників. 21. Позитивні та негативні наслідки впровадження практик балансування життєвих сфер працівників. 22. Баланс життєвих сфер працівників в умовах вимушеної дистанційної роботи. 23. Модель здорового робочого середовища ВООЗ. 24. Складові здорового робочого середовища організації та їх характеристика. 25. Структура програми підтримки психічного здоров'я працівників. 26. Модель турботи про психічне здоров'я в організації Інституту Хантера (Австралія). 27. Впровадження програми турботи про психічне здоров'я працівників. 28. Загальна характеристика організації: ресурси, розподіл праці, залежність від зовнішнього середовища. 29. Життєвий цикл організації. 30. Структура організації. Психологічна характеристика групи як структурного елементу організації. 31. Міжгрупові проблеми в організації. 32. Організаційне середовище та його вплив на психічне здоров'я працівників. 33. Психологічний клімат: розуміння поняття у західній та пострадянській традиції. 34. Концепт організаційного клімату у моделі детермінантів мотивованої поведінки в організаціях. 35. Соціально-психологічний клімат та підходи до його розуміння. 36. Фактори, що впливають на оцінку працівниками організаційного середовища. 37. Ознаки сприятливого соціально-психологічного клімату. 38. Негативні наслідки несприятливого організаційного клімату. 39. Поняття та характеристики організаційної культури. 40. Типи організаційних культур (моделі Ч.Хенді, К.Кемерона та Р.Квіна, Р.Кука)
--	---

41. Характеристики здорової організаційної культури.
42. Основні характеристики роботи. Робоче навантаження та розподіл завдань.
43. Виконання роботи та її вимірювання. Модель виконання роботи М.Бламберг і К.Прінгл
44. Дизайн робочого місця.
45. Адаптація працівників в організації.
46. Організаційна поведінка: типи та їх характеристика.
47. Негативні поведінкові прояви на робочому місці.
48. Режим роботи та робочий графік.
49. Особливості переживання стресу на робочому місці.
50. Ознаки гострого та хронічного стресу.
51. Відмінності в реагуванні на стрес чоловіків та жінок.
52. Характеристика поширених стресорів на робочому місці.
53. Індивідуальні відмінності реагування на стрес.
54. Негативні наслідки стресу.
55. Синдром «хворої будівлі» та «конвеєрної істерії».
56. Організаційні заходи для зниження рівня стресу.
57. Поняття та чинники професійного та емоційного вигорання.
58. Характеристики синдрому вигорання згідно з МКХ-11.
59. Критерії вигорання за Е.Фройденбергом.
60. Концепція емоційного вигорання К.Маслач.
61. Фактори ризику для розвитку емоційного вигорання. Діагностика та запобігання цим станам.
62. Наслідки вигорання для мозку людини. Розвиток резиліентності.
63. Характеристики професій, що зумовлюють підвищений ризик вигорання.
64. Поняття трудового вигорання.
65. Особистісні особливості осіб, схильних до трудового вигорання.
66. Позитивні та негативні наслідки трудового вигорання.
67. Прокрастинація як психологічний феномен.
68. Типи прокрастинації та прокрастинаторів.
69. Причини прокрастинації на робочому місці.
70. Поняття про презентеїзм та абсентеїзм, наслідки їх прояву для організації.
71. Перфекціонізм як особистісна характеристика. Позитивні та негативні наслідки перфекціонізму.
72. Загальна характеристика тривожних розладів.
73. Ознаки тривожних розладів за DSM-V.
74. Причини тривожності на робочому місці.
75. Робочі та особисті наслідки підвищеної тривожності.
76. Класифікація тривожних розладів (МКХ-10, DSM-V).
77. Розлад соціальної тривоги та його симптоми.
78. Генералізований тривожний розлад та його вплив на виконання людиною роботи.
79. Панічний розлад: прояви та наслідки для людини.
80. Характеристика найбільш поширених фобій та їх вплив на працездатність.
81. Характеристика депресивного розладу та його вплив на

	<p>працездатність людини.</p> <p>82. Основні та додаткові симптоми депресії.</p> <p>83. Класифікація депресивних розладів згідно з МКХ-10. Поняття про сезонну депресію.</p> <p>84. Причини розвитку депресії. Робота як чинник розвитку депресії працівників.</p> <p>85. Діагностика депресивних станів.</p> <p>86. Заходи на робочому місці для подолання та попередження депресії.</p> <p>87. Депресія та самогубство.</p> <p>88. Психологічна допомога при депресії.</p> <p>89. Поняття про психологічну травму та її вплив на психіку людини.</p> <p>90. Характеристика та види травматичного досвіду.</p> <p>91. Переживання психологічної травми: типові симптоми.</p> <p>92. Класифікація травматичних подій.</p> <p>93. Епідеміологія травми. Психічні розлади після пережитого травматичного досвіду.</p> <p>94. Наслідки психологічної травми.</p> <p>95. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та причини розвитку.</p> <p>96. Нейробіологічні основи ПТСР.</p> <p>97. Психологічна допомога для опрацювання травма-досвіду.</p> <p>98. Розлади сну та їх вплив на працездатність людини.</p> <p>99. Поняття про здоровий сон та гігієну сну.</p> <p>100. Особливості харчової поведінки людини. Поняття про “healthy plate”.</p> <p>101. Загальна характеристика розладів харчової поведінки.</p> <p>102. Анорексія та її вплив на здатність виконувати роботу.</p> <p>103. Симптоми та наслідки булімічного розладу.</p> <p>104. Компульсивне переїдання.</p> <p>105. Розлади харчової поведінки та самооцінка людини.</p> <p>106. Поняття про залежності, психологічна характеристика залежностей.</p> <p>107. Залежність від алкоголю: симптоми, поведінкові прояви, вплив на працездатність людини.</p> <p>108. Симптоми наркотичної залежності та її вплив на працездатність людини.</p> <p>109. Е-залежності: комп’ютерна, ігрова, залежність від соціальних мереж.</p> <p>110. Профілактика та подолання залежностей на робочому місці.</p>
Опитування	Анкету зворотного зв’язку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу.

**Додаток Схема курсу
053 – Психологія (16 тижнів)**

Тиж. / дата / год.	Тема, план, короткі тези	Форма діяльності (заняття)* *лекція, самостійна,	Література.*** Ресурси в інтернеті	Завдання, год	Термін виконання
--------------------	--------------------------	---	---------------------------------------	---------------	------------------

		дискусія, групова робота)			
(2 год)	Тема 1: Питання психічного здоров'я в робочому середовищі. Актуальний стан питання психічного здоров'я на робочому місці в світі та Україні. Поняття психічного здоров'я та факторів, що на нього впливають.	Лекція	36, 37, 43	Опрацювання літератури, 5 год	
(2 год)		дискусія групова робота			
(2 год)	Тема 2: Ментальне, психологічне, суб'єктивне благополуччя та їх показники. Аналіз понять та концепцій благополуччя в психології та інших соціальних науках.	Лекція	32, 44, 47, 53, 64, 68	Опрацювання літератури, 5 год	
(2 год)		дискусія групова робота			
(2 год)	Тема 3: Баланс сфер «робота-особисте життя (Work-life balance)» Поняття work-life балансу та його дослідження. Психологічні наслідки зміни балансу. Конфлікт інтересів і життєвих сфер. Баланс життєвих сфер працівників в умовах вимушеної дистанційної роботи (на прикладі пандемії Covid-19)	Лекція	27, 33, 46, 52, 54, 58, 63, 67	Опрацювання літератури, 10 год	
(4 год)		Дискусія, робота в групах, обговорення літератури			
(2 год)	Тема 4: Моделі побудови системи охорони психічного здоров'я в організації	Лекція,	55, 60, 61, 62, 66	Опрацювати літературу Розробити програму турботи про психічне здоров'я персоналу обраній організації	
(2 год)		Робота в малих групах			

				11 год	
(2 год)	Тема 5: Психологія організації Організація як об'єкт психологічних досліджень. Структура організації. Моделі організації.	Лекція	16, 21, 23, 34	Опрацювання рекомендованої літератури, 3,5 год	
(2 год)		Робота в малих групах, дискусія			
(2 год)	Тема 6: Організаційне середовище та його вплив на психічне здоров'я працівників. Поняття психологічного клімату. Культура організації. Психологічна сумісність працівників. Моббінг та булінг в організації.	Лекція	13, 30, 41, 42, 50	Опрацювання рекомендованої літератури, 5 год	
(2 год)		робота в малих групах, дискусія			
(4 год)	Тема 7: Характеристики роботи та їх вплив на психічне здоров'я працівника. Робочий графік та зміст роботи. Дизайн робочого середовища. Робота в екстремальних умовах. Поняття робочого стресу. Робота в кризових ситуаціях.	Лекція	9, 13, 15, 31, 35, 51	Опрацювання рекомендованої літератури, 10 год	
(4 год)		Робота в малих групах, дискусія			
(2 год)	Тема 8: Професійне та емоційне вигорання. Поняття та чинники професійного та емоційного вигорання. Діагностика та запобігання цим станам. Розвиток резиліентності.	Лекція	24, 38, 45, 59, 65	Опрацювання рекомендованої літератури, 5 год	
(2 год)		Робота в малих групах, дискусія			

(2 год)	Тема 9: Психологічні особливості тавлення до праці.	Лекція,	6, 18, 19, 20, 28	Опрацювання рекомендованої літератури, 5 год	
(2 год)	Поняття трудоголізму, перфекціонізму, прокрастинації, абсентеїзму. Психологічний аналіз понять та факторів, що їх зумовлюють.	Робота в малих групах, дискусія			
(2 год)	Тема 10: Тривожні розлади Класифікація	Лекція	26, 40, 56, 57	Опрацювання рекомендованої літератури, 5 год	
(2 год)	тривожних розладів, діагностика та оцінка впливу на продуктивність праці. Толерування невизначеності як спосіб зниження тривожності.	Робота в малих групах, дискусія			
(2 год)	Тема 11: Депресивний розлад Характеристика розладу та його вплив на працездатність людини. Діагностика та допомога при депресивних станах. Депресія та самогубство.	Лекція,	5, 25, 39	Опрацювання рекомендованої літератури, 5 год	
(2 год)		Робота в малих групах, дискусія			
(2 год)	Тема 12: Психологічна травма. Посттравматичний стресовий розлад. Характеристика ПТСР та його вплив на працездатність людини. Діагностика та допомога в подоланні наслідків психологічної травми.	Лекція	3, 10, 11, 22	Опрацювання рекомендованої літератури, 5 год	
(2 год)		робота в малих групах, дискусія			
(2 год)	Тема 13: Розлади сну та харчової поведінки.	Лекція	1, 2, 17, 48, 49	Опрацювання рекомендованої літератури, 5	

(2 год)	Характеристика розладів та їх вплив на працездатність людини.	Робота в малих групах, дискусія		Год	
(2 год)	Тема 14: Розлади залежностей. Класифікація,	Лекція	4, 7, 8, 14, 29	Опрацювання рекомендованої літератури, 5 год	
(2 год)	діагностика та оцінка впливу на працездатність людини	Робота в малих групах, дискусія			