

ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ
Навчально-науковий інститут психології та соціального захисту
Кафедра практичної психології та педагогіки

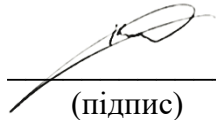
РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (СИЛАБУС)
ОК 2.10 «Самодопомога та профілактика
емоційного вигорання психолога-реабілітолога»
(назва навчальної дисципліни)

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)
Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність (*спеціалізація*): 053 Психологія
Освітня програма: Реабілітаційна психологія

Львів 2023

РОЗРОБНИКИ

Викладач кафедри практичної психології та педагогіки, кандидат педагогічних наук

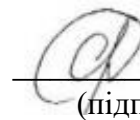


(Ігор КОВАЛЬ)

(ім'я, прізвище)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Начальник кафедри практичної психології та педагогіки, доктор психологічних наук, професор



(Роксолана СІРКО)

(підпис)

(ім'я, прізвище)

«01» вересня 2023 р.

«01» вересня 2023 р.

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньої програми
доктор психологічних наук, професор



(Роксолана СІРКО)

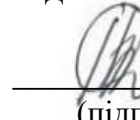
(підпис)

(ім'я, прізвище)

«01» вересня 2023 р.

ПОГОДЖЕНО

Заступник начальника навчально-наукового інституту психології та соціального захисту, кандидат педагогічних наук



(Ірина БАБІЙ)

(підпис)

(ім'я, прізвище)

«01» вересня 2023 р.

Розглянуто та затверджено на засіданні кафедри практичної психології та педагогіки протокол від «01» вересня 2023 №1

Актуалізовано:

Дата перегляду / внесення змін					
Підпис					
Ім'я, прізвище викладача					

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Самодопомога та профілактика емоційного вигорання психолога-реабілітолога
Статус дисципліни	нормативна
Рік навчання, семестр	1 рік, 2 семестр
Мова викладання	українська
Викладач	Ігор КОВАЛЬ
Контактний телефон	+380968267986
Електронна пошта	i.koval@ldubgd.edu.ua
Сторінка курсу в ВУ	https://virt.ldubgd.edu.ua/course/view.php?id=3697
Консультації	Згідно розкладу консультацій кафедри практичної психології та педагогіки, або за попередньою домовленістю з викладачем

2. Анотація до курсу

Освітня програма «Психологічна реабілітація» підготовки магістра зі спеціальності 053 «Психологія» передбачає оволодіння здобувачами вищої освіти низки фахових компетенцій в області психології.

Окрім цього цей навчальний курс спрямований на розвиток професійно-особистісної спрямованості майбутніх психологів, системи вмінь та навичок, які забезпечать належне виконання професійних обов'язків. Опанування курсу «Самодопомога та профілактика емоційного вигорання психолога-реабілітолога» – це важливий аспект забезпечення психічного і фізичного здоров'я фахівця, який працює у сфері реабілітації та психологічної підтримки клієнтів. Оскільки робота психолога-реабілітолога часто пов'язана з великою психоемоційною навантаженістю і вимагає емпатії та підтримки інших людей, важливо зберігати власну емоційну стійкість і психічне здоров'я.

3. Мета і завдання курсу

Мета – підготовка спеціалістів, які здатні визначати причини виникнення симптомів прояву професійного вигорання у психологів реабілітологів і вирішувати проблеми.

Завдання:

Знати та розуміти: роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю, характеристики емоційних станів, які виникають у процесі Soft skills: соціально-психологічні аспекти професійної компетентності, що

відповідають заявленим цілям програми діяльності. Вміти формулювати цілі і ставити завдання, пов'язані з реалізацією професійної діяльності психолога щодо комплексних способів управління власними емоціями, професійних, вікових, статевих та патологічних особливості емоційно-почуттєвої сфери особистості; використовувати отримані знання для подальшого саморозвитку

Компетентності:

Загальні компетентності:

- ЗК01 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК04 Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

Фахові компетентності:

- ФК04 Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
- ФК07 Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
- ФК 12 Здатність розробляти та застосовувати превентивні та корекційні програми збереження психологічного здоров'я людини.
- ФК 15 Здатність до рефлексії та супервізії власної фахової діяльності, до застосування навичок самодопомоги.

Програмні результати навчання (ПРН)

- ПРН04 Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
- ПРН05 Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), проводити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.
- ПРН14 Надавати екстрену психологічну допомогу особистості з гострими стресовими реакціями.
- ПРН15 Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєстійкості, здійснювати посттравматичну реабілітацію.
- ПРН16 Застосовувати відповідну наукову інформацію щодо вирішення проблем профілактики, збереження та відновлення здоров'я та оцінювати її за критеріями адекватності

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен:

знати:

- Поняття емоційного вигорання, його симптоми, стадії та механізми розвитку.

- Фактори, що сприяють виникненню емоційного вигорання у професійній діяльності психолога-реабілітолога.
 - Вплив стресу на психофізіологічний стан людини.
 - Основні стратегії та техніки профілактики вигорання.
 - Методи саморегуляції, релаксації та стрес-менеджменту для підтримки психоемоційного балансу.
 - Ефективні техніки самодопомоги та самопідтримки.
 - Етичні норми та принципи, які сприяють збереженню професійного здоров'я психолога.
 - Збалансоване ставлення до професійних обов'язків та особистого життя як метод профілактики вигорання.
 - Вміння вчасно розпізнавати ознаки вигорання та адекватно реагувати на них.
 - Організація відпочинку та відновлення після інтенсивної професійної діяльності.
 - Огляд сучасних досліджень та теоретичних підходів до розуміння емоційного вигорання.
 - Інноваційні методи та техніки, що використовуються для профілактики та подолання емоційного вигорання.
- вміти:
- Виявляти перші симптоми емоційного вигорання у себе та своїх колег.
 - Діагностувати різні стадії емоційного вигорання на основі самоспостереження та аналізу поведінки.
 - Використовувати техніки релаксації, медитації та дихальні вправи для зниження рівня стресу.
 - Проводити регулярну самодіагностику психоемоційного стану з метою своєчасного вжиття заходів для запобігання вигоранню.
 - Ефективно планувати робочий час, балансує між професійними завданнями та особистим життям.
 - Впроваджувати практики тайм-менеджменту для зниження ризику вигорання.
 - Створювати індивідуальні програми самодопомоги з урахуванням особистих потреб та умов праці.
 - Впроваджувати методи профілактики вигорання в особистій та професійній діяльності.
 - Використовувати етичні норми для підтримки психічного здоров'я в професійній діяльності.
 - Зберігати професійну дистанцію та емоційний баланс у роботі з клієнтами.
 - Надавати психологічну підтримку колегам, які можуть бути під впливом вигорання.
 - Організовувати тренінги або інші заходи для профілактики емоційного вигорання серед колег.

- Застосовувати сучасні методи самодопомоги та профілактики вигорання у своїй щоденній роботі.
- Адаптувати наявні методики під конкретні робочі умови для збереження психологічного здоров'я.
- Швидко і ефективно застосовувати навички саморегуляції у кризових ситуаціях, щоб уникнути негативного впливу на свій психоемоційний стан.
- Вміти допомогти іншим у складних ситуаціях, використовуючи методи профілактики стресу та вигорання.

4. Передумови для вивчення дисципліни

Навчальна дисципліна «Самодопомога та профілактика емоційного вигорання психолога-реабілітолога» вивчається в тісному зв'язку зі змістом дисциплін «Реабілітаційна психологія», «Психологія здоров'я та самозбережувальної поведінки», «Теорія та практика надання екстреної психологічної допомоги», «Психологічне консультування на кризових лініях», що сприяє створенню цілісного та несуперечливого уявлення про зміст професійної діяльності психолога.

Набута здобувачами вищої освіти під час вивчення цієї дисципліни складова професійного досвіду у вигляді загальних і професійних компетентностей, системи знань, умінь, навичок, норм і цінностей є теоретичним і практичним підґрунтям подальшого опанування професією, вивчення усього циклу обов'язкових і вибіркових компонентів професійної теоретичної та практичної підготовки і виконання освітньо-кваліфікаційних робіт (курсівих, кваліфікаційних).

5. Формат і обсяг дисципліни

Формат курсу	Навчальний матеріал дисципліни структурований за наступним принципом і складається з трьох змістових блоків, які є логічно завершеними, відносно самостійними, цілісними частинами, засвоєння яких передбачає практичні заняття. У процесі вивчення курсу здобувачі вищої освіти також повинні брати активну участь в обговоренні дискусійних питань, вирішувати індивідуально та у групі ситуативні завдання.
Обсяг дисципліни:	3 кредити / 90 академічних годин, з яких: для денної форми практичних 32 години, самостійної роботи 58 годин.
Форми навчання	Розповіді, пояснення, диспути, практичні заняття, дискусії, консультації, самостійна робота (в тому числі виконання здобувачами освіти індивідуальних завдань у

	позааудиторний час).
--	----------------------

6. Тематика та зміст курсу

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин (денна форма)				
	усього	у тому числі			
		л	сем	практ	с.р.
1	2	3	4	5	6
2-ий семестр					
Змістовий модуль 1. Сучасні психологічні теорії стресу					
Тема 1. Проблема емоційного вигорання психолога-реабілітолога	6	-	-	2	4
Тема 2. Теоретичні й методичні основи проведення тренінгу	6	-	-	2	4
Тема 3. Професійна готовність психолога реабілітолога.	6	-	-	2	4
Тема 4. Вплив професійних, вікових та гендерних особливостей на сферу емоцій та почуттів людини..	6	-	-	2	4
Тема 5. Досягнення успіху в ситуаціях ризику.	6	-	-	2	4
Змістовий модуль 2. Профілактика емоційного вигорання					
Тема 6. Потреба у впевненості.	6	-	-	2	4
Тема 7. Відповідальні – значить готові.	6	-	-	2	4
Тема 8. Професійна діяльність в умовах ризику.	6	-	-	2	4
Тема 9. Важливість групової роботи.	6	-	-	2	4
Тема 10. Саморегуляція як метод профілактики професійного вигорання.	5	-	-	2	3
Тема 11. Управління м'язовим тонусом.	5	-	-	2	3
Тема 12. Аутогенне тренування та самовідновлення	6	-	-	2	4
Тема 13. 7 вправ Райха для нейтралізації тілесних блоків і затискачів, методика психофізичної гімнастики	5	-	-	2	3
Тема 14. Психогімнастичне відновлення.	5	-	-	2	3
Тема 15. Професійне відновлення.	5	-	-	2	3
Тема 16. Психологічні поради для населення в умовах невизначеності та війни	5	-	-	2	3
Усього	90	-	-	32	58

7. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

7.1. Теми лекційних занять

Лекційні заняття не передбачені.

8. Теми практичних, семінарських та лабораторних занять

8.1. Теми практичних занять

№	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Проблема емоційного вигорання психолога-	2
2.	Тема 2. Теоретичні й методичні основи проведення тренінгу	2
3.	Тема 3. Професійна готовність психолога реабілітолога.	2
4.	Тема 4. Вплив професійних, вікових та гендерних особливостей на сферу емоцій та почуттів людини.	2
5.	Тема 5. Досягнення успіху в ситуаціях ризику.	2
6.	Тема 6. Потреба у впевненості.	2
7.	Тема 7. Відповідальні – значить готові.	2
8.	Тема 8. Професійна діяльність в умовах ризику.	2
9.	Тема 9. Важливість групової роботи.	2
10.	Тема 10. Саморегуляція як метод профілактики рофесійного вигорання.	2
11.	Тема 11. Управління м'язовим тонусом.	2
12.	Тема 12. Аутогенне тренування та самовідновлення	2
13.	Тема 13. 7 вправ райха для нейтралізації тілесних блоків і затискачів, методика психофізичної гімнастики	2
14.	Тема 14. Психогімнастичне відновлення.	2
15.	Тема 15. Професійне відновлення.	2
16.	Тема 16. Психологічні поради для населення в умовах невизначеності та війни	2
17.	Разом	32

8.2. Теми семінарських занять

Семінарські заняття не передбачені.

8.3. Теми лабораторних занять

Лабораторні заняття не передбачені.

9. Завдання для самостійного опрацювання

№	Назва теми	Кількість годин
18.	Тема 1. Проблема емоційного вигорання психолога-	4
19.	Тема 2. Теоретичні й методичні основи проведення тренінгу	4
20.	Тема 3. Професійна готовність психолога реабілітолога.	4
21.	Тема 4. Вплив професійних, вікових та гендерних особливостей на сферу емоцій та почуттів людини..	4
22.	Тема 5. Досягнення успіху в ситуаціях ризику.	4
23.	Тема 6. Потреба у впевненості.	4
24.	Тема 7. Відповідальні – значить готові.	4
25.	Тема 8. Професійна діяльність в умовах ризику.	4
26.	Тема 9. Важливість групової роботи.	4
27.	Тема 10. Саморегуляція як метод профілактики рофесійного вигорання.	3
28.	Тема 11. Управління м'язовим тонусом.	3
29.	Тема 12. Аутогенне тренування та самовідновлення	4
30.	Тема 13. 7 вправ Райха для нейтралізації тілесних блоків і затискачів, методика психофізичної гімнастики	3
31.	Тема 14. Психогімнастичне відновлення.	3
32.	Тема 15. Професійне відновлення.	3
33.	Тема 16. Психологічні поради для населення в умовах невизначеності та війни	3
34.	Разом	58

10. Методи навчання

Із метою забезпечення максимального засвоєння здобувачами освіти

матеріалу курсу використовуються такі **методи**:

методи організації та реалізації навчально-пізнавальної діяльності:

- словесні (пояснення; бесіда; проблемний виклад; дискусія);
- наочні (комп'ютерна презентація; демонстрування наочних матеріалів; застосування опорних сигналів; використання конспектів);
- практичні методи (вправи; підготовка презентацій; елементи практичних завдань; спостереження).

методи стимулювання та мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- проблемний виклад матеріалу;
- моделювання педагогічних ситуацій;
- мозковий штурм;
- метод опори на життєвий досвід, кейс-метод;
- навчальні дискусії;
- частково-пошуковий метод.

методи контролю та самоконтролю ефективності діяльності здобувачів освіти:

- усного контролю (індивідуальне та фронтальне усне опитування, виступ з рефератом, виступ з презентацією, відповідь під час семінару);
- письмового контролю (тестування, письмове опитування, виконання індивідуального завдання – есе-рефлексія);
- самоконтролю та взаємоконтролю (самоперевірка за допомогою відповідей на контрольні питання лекційного курсу, самотестування у «Віртуальному університеті», аналіз відповідей одногрупників і самоаналіз);
- оцінювання результатів неформальної освіти здобувачів, одержаних поза освітнім процесом у ЗВО.

На заняттях застосовуються аналітичний, індуктивний і дедуктивний методи вивчення матеріалу, інтерактивні методи педагогічної взаємодії.

11. Технічне й програмне забезпечення /обладнання

Ноутбук, мультимедійний проектор, програмне забезпечення MS Office (Teams, PowerPoint, Word, Excel, Maple), навчальне електронне навчальне середовище «Віртуальний університет» (створене на базі системи електронного навчання Moodle)), інтерактивна дошка.

12. Критерії оцінювання

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти здійснюється відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу у ЛДУ БЖД» https://ldubgd.edu.ua/sites/default/files/1_nmz/polozhennya_pro_organizaciyu_osvitnogo_procesu_ldu_bzhd_nova_redakciya_10.2020.pdf та «Положення про порядок та критерії оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ЛДУ БЖД»

https://ldubgd.edu.ua/sites/default/files/1_nmz/nakazy/polozh_ldubzhd_poryadok_ocinyuvannya.pdf.

Контроль і оцінювання рівня компетентності та відповідності програмних результатів здійснюється згідно з кредитно-модульною системою організації

освітнього процесу за національною (чотирибальною) шкалою, відповідно до Додатку Б «Положення...», і складається з двох етапів: поточного та підсумкового, результати яких інтегруються в підсумковій оцінці.

Поточний контроль

Поточний контроль проводиться на практичних заняттях у терміни, які визначаються календарним планом. Мета поточного контролю – виявити рівень знань здобувачів із розділів дисципліни, а саме оцінити ступінь розуміння та засвоєння теоретичного і практичного матеріалу, здатності осмислити зміст теми, умінь публічно презентувати певний матеріал, виконати завдання, передбачені для самостійного опрацювання.

У ході поточного контролю проводиться систематичний вимір приросту знань і вмінь, а також їх корегування. Оцінювання здійснюється за національною шкалою – «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно». Викладач вносить оцінки до журналу обліку роботи академічної групи (поточна успішність). Результати поточного контролю (**максимально 50 балів**) ураховуються під час виставлення підсумкових оцінок.

Здобувач, який отримав оцінку «незадовільно» на поточному контролі, зобов'язаний її перескласти.

Вид робіт	Формат проведення та критерії оцінювання
Тестові завдання	Курсом передбачено проходження 4 тестових завдань за семестр. Критерії оцінювання тестів наведені у електронному курсі «Віртуального університету». За успішне виконання тестових завдань сумарно можна отримати до 30 балів.
Робота на практичному занятті, самостійна робота	Контроль відбувається шляхом оцінювання виступів, урахування активності під час колективних дискусій і обговорень. За роботу на практичних заняттях протягом семестру можна отримати до 20 балів. Оцінювання здійснюється за національною шкалою, відповідно до Додатку Б «Положення про порядок та критерії оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ЛДУ БЖД».

Критерії поточного контролю

Оцінювання поточних результатів (виконання завдань, винесених на семінар) проводять за такими показниками (у % від кількості балів, виділених на завдання із заокругленням до цілого):

– завдання не виконано або виконано в недостатньому обсязі	0–35%
– завдання виконано частково, містить суттєві помилки наукового та методичного характеру	36–50%
– завдання виконано повністю, але допущені окремі недоліки (у змісті, висновках)	51–60%
– завдання виконано повністю і вчасно, проте містить окремі несуттєві недоліки (у прикладах, в оформленні), відповіді на уточнювальні запитання викладача не точні	61–70%
– завдання виконано правильно, вчасно, зауваження не принципові,	71–80%

однак відповіді на уточнювальні запитання викладача не завжди обґрунтовані, не повні	
– завдання виконано правильно, вчасно і без зауважень, відповіді на уточнювальні запитання викладача змістовні, аргументовані	81–90%
– у виконанні завдання виявлено ґрунтовну підготовку, висловлено власну точку зору, підкріплено сучасною науковою аргументацією, дано вичерпні відповіді на всі запитання	91–100%

Підсумковий контроль	
Семестровий контроль проводиться у формі диференційованого заліку. Допуск до семестрового контролю здійснюється за умови виконання здобувачем пройденими тестами в середовищі «Віртуальний університет» та які відпрацювали не менше 75% пропусків. Диференційований залік (максимально 50 балів) складається з двох письмових завдань із переліку, поданого у «Віртуальному університеті».	
Критерії підсумкового контролю	
Підсумковий контроль здобувача освіти проводять за показниками повноти, відповідності, обґрунтованості, структурної логічності й аргументованості відповідей із кожного питання:	
– не володіє навчальним матеріалом, не в змозі його викласти, не розуміє змісту теоретичних питань і практичних завдань; не відповів на жодне додаткове питання	0 балів
– частково володіє навчальним матеріалом, не в змозі викласти зміст питань, допускаючи при цьому суттєві помилки; правильно відповів на окремі додаткові питання	1–5 балів
– не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, фрагментарно, поверхово викладає його, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань, допускає суттєві неточності; правильно відповів на менше половини додаткових питань	6–10 балів
– у цілому володіє навчальним матеріалом, викладає його основний зміст, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування й аргументації, без використання необхідної літератури, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки; правильно відповів на половину додаткових питань	11–15 балів
– достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, в основному розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань, використовуючи при цьому обов’язкову літературу; однак не вистачає достатньої глибини й аргументації, допускаються окремі несуттєві неточності та незначні помилки; правильно відповів на більшість додаткових питань	16–20 балів
– у повному обсязі володіє матеріалом, вільно, самостійно й аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань, використовуючи при цьому обов’язкову та додаткову літературу; правильно відповів на всі додаткові питання	21–25 балів

Викладач може ставити додаткові питання; кожна відповідь оцінюється до 5 балів.

Якщо здобувач вищої освіти не був присутній на диференційованому заліку і, викладач ставить у відомість відмітку «не з'явився». Здобувач освіти, який не був присутній на екзамені (диференційованому заліку) або отримав незадовільну оцінку, складає його повторно. Повторне складання відбувається не більше двох разів: один раз – викладачеві, а другий – комісії, до складу якої входить начальник кафедри і 2–3 науково-педагогічних працівника.

Недопущені до екзамені (диференційованого заліку) здійснюють перескладання в терміни, передбачені для усунення академічної заборгованості.

Підсумкове оцінювання

Під час підсумкового оцінювання враховується поточно-накопичувальна інформація, зареєстрована в журналі обліку роботи академічної групи. Підсумкова оцінка обчислюється як сума рейтингових оцінок (балів) поточного (max 50 балів) і підсумкового (max 50 балів) контролю за 100-бальною шкалою, яка переводяться в національну шкалу та шкалу ЄКТС.

Інтерпретація підсумкового оцінювання:

«відмінно» (А, 91–100) – здобувач повністю оволодів програмою навчальної дисципліни на найвищому рівні – дає вичерпні, обґрунтовані, теоретично та практично правильні відповіді не менш ніж на 91% питань, опанував рекомендовану літературу, демонструє поглиблене знання матеріалу, проводить узагальнення та висновки, досконало оформлює завдання, виявляє активність, самостійність і креативність у виконанні поставлених завдань, прагне до вивчення позапрограмного матеріалу та опанування міждисциплінарних знань;

«дуже добре» (В, 81–90) – здобувач оволодів програмою навчальної дисципліни на високому рівні – дає обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді не менш ніж на 81% питань, опанував рекомендовану літературу, демонструє знання матеріалу, формулює висновки, охайно оформлює завдання, виявляє активність і самостійність, проте допускає окремі неточності;

«добре» (С, 71–81) – здобувач в основному оволодів програмою навчальної дисципліни на продуктивному рівні – володіє знаннями матеріалу, знаходить правильні відповіді не менш ніж на 71% питань, але допускає незначні помилки у формулюванні термінів, категорій і вирішенні завдань, проте за допомогою викладача швидко виправляється; виявляє активність у виконанні завдань;

«задовільно» (D, 61–70) – здобувач показав задовільні результати оволодіння навчальною програмою дисципліни на репродуктивному рівні – дає правильну відповідь не менше ніж на 71% питань, однак вони не завжди обґрунтовані, неповні; у відповідях допускає помилки, які здатен виправити; виступає за темою завдань, бере задовільну участь у груповій роботі;

«достатньо» (Е, 51–60) – здобувач виявив мінімально достатній рівень знань із дисципліни, необхідний для продовження навчання – вивчив основні терміни курсу й орієнтуються в базовому матеріалі, дає правильну відповідь не менше ніж на 61% питань, однак вони недостатньо обґрунтовані, невичерпні;

допускає помилки, які виправляє за допомогою викладача; недостатньо виступає за темою завдань, майже не бере участі у груповій роботі;

«незадовільно з можливістю повторного складання» (FX, 36–50 балів) – здобувач дає правильну відповідь не менше ніж на 36% питань, однак вони необґрунтовані, невичерпні, допускає грубі помилки, індиферентно виявляє себе під час виконання групових завдань, має поверхнєве уявлення про навчальний матеріал, не здатен ним оперувати;

«незадовільно з обов’язковим повторним курсом» (F, 0–35 балів) – здобувач дає правильну відповідь менше ніж на 35% питань, при цьому відповіді необґрунтовані, невичерпні, допускає грубі помилки, цілковито індиферентно або негативно виявляє себе під час групових завдань, відсутні суттєві уявлення про зміст курсу, загалом не володіє навчальним матеріалом у необхідному обсязі.

Підсумкові оцінки виставляються публічно та вносяться до екзаменаційної відомості, залікової книжки (позитивні результати) здобувача в національній, 100-бальній шкалі та шкалі ЄКТС відповідно до співвідношень, прийнятих у ЛДУБЖД. Шкала переведення балів у підсумкову оцінку подана в Таблиці 1.

Шкала оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, диференційованого заліку, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
91 – 100	A	відмінно	зараховано
81-90	B	добре	
71-80	C		
61-70	D		
51-60	E	задовільно	
36-50	FX		
0-35	F	незадовільно	не зараховано

13. Політика курсу

Політика курсу полягає в послідовному та цілеспрямованому здійсненні освітнього процесу на засадах прозорості, доступності, наукової обґрунтованості, методичної доцільності, академічної доброчесності, дисциплінованості та відповідальності всіх учасників. Виконання навчальних завдань і робота в курсі має відповідати вимогам «Кодексу академічної доброчесності та корпоративної культури ЛДУ БЖД» https://ldubgd.edu.ua/sites/default/files/1_nmz/nakazy/kodeks_akademichnoyi_dobrochesnosti_ta_korpo.pdf.

Академічні очікування від здобувачів освіти – своєчасне виконання

завдань, передбачених силабусом дисципліни; обов'язкове відвідування та виконання семінарських занять і завдань самостійної роботи. Рекомендується:

- не пропускати заняття без поважної причини та не запізнюватися;
- брати активну участь в освітньому процесі, вести конспекти лекцій, семінарських занять, готувати теоретичний та практичний матеріал, презентації до виступів, виконувати передбачені курсом вправи, вирішувати тестові завдання;
- брати участь в опрацюванні семінарських питань (доповнення, відповідь на питання викладача, висловлення своєї обґрунтованої точки зору під час обговорення проблемних питань)
- здійснювати самостійну підготовку до занять відповідно до затвердженого плану;
- складати згідно з графіком поточний контроль (тести, індивідуальні завдання) з дисципліни;

Дотримання принципів академічної доброчесності:

- всі завдання поточного та підсумкового контролю виконувати самостійно без допомоги сторонніх осіб;
- дотримуватись норм законодавства про авторське право і суміжні права;
- на праці інших авторів використовувати лише з належно оформленим цитуванням – у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей посилається на перевірені джерела інформації;
- для оцінювання надавати лише результати власної роботи;
- надавати достовірну інформацію про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.
- не допустимо вдаватися до кроків, що можуть нечесно покращити ваші результати чи погіршити/покращити результати інших здобувачів освіти;
- не допустимо оприлюднювати (публікувати) відповіді на питання, які використовуються в рамках курсу для оцінювання знань здобувачів освіти.

За порушення академічної доброчесності (плагіат, фальсифікація, списування, обман тощо) здобувачі освіти можуть бути притягнені до академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання (тестове завдання, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного курсу; відрахування з Університету.

Поведінка в аудиторії:

- дотримуйтесь вимог законодавства, Статуту та правил внутрішнього розпорядку ЛДУБЖД;
- виконуйте вимоги з охорони праці, техніки безпеки, виробничої санітарії, протипожежної безпеки, передбачені відповідними правилами та інструкціями
- дотримуйтесь дисципліни під час освітнього процесу – поважайте працю викладачів, товаришів по навчанню та себе;
- не допустимі запізнення на лекцію та інші заняття; викладач має право не допустити до заняття здобувача, що запізнився;
- не припустимо відволікатись на розмови, користуватись мобільними телефонами та іншими гаджетами, порушувати дисципліну в будь який інший

спосіб; викладач має право відсторонити від заняття здобувача, що порушує дисципліну і не реагує на зауваження;

- користування пристроями (гаджетами) для доступу до мережі Інтернет дозволене лише під час семінарських/практичних занять за вказівкою чи дозволом викладача для виконання тестових завдань і використання додаткових програм в освітніх цілях;

- прислухайтесь до думки колег; поважайте людську гідність;

- дотримуйтесь норм культури мовлення;

- демонструйте самостійність, ініціативу, творчі здібності тощо.

Політика щодо пропусків занять. Пропуски занять без поважної причини не допустимі. У разі пропуску з поважних причин лекційних занять їх необхідно відпрацювати у двотижневий термін. Пропущені лекції відпрацьовують у позааудиторний час (під час консультації викладача) шляхом усного/письмового опитування за змістом лекції або тестування у Віртуальному університеті.

Відпрацювання пропущених чи незадовільно оцінених семінарських занять відбувається за умови попереднього ознайомлення з матеріалами лекцій і виконання завдань, запропонованих викладачем (можуть відрізнитись від тих, що готували одногрупники).

Політика щодо термінів виконання завдань і ліквідації академічної заборгованості: терміни виконання завдань вказуються в електронному курсі «Віртуального університету». Роботи, які здаються з порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Відпрацювання академічної заборгованості з дисципліни можливо до дня проведення підсумкового контролю (відповідно до розкладу).

Недопущені до підсумкового контролю здобувачі освіти здійснюють перездачу в терміни, відведені для усунення академічної заборгованості у два етапи: 1) заборгованість із поточного контролю; 2) заборгованість із підсумкового контролю. Ліквідація заборгованості поточного контролю відбувається шляхом виконання тестових завдань і підготовки рефератів, презентацій та виконання практичних завдань із навчального матеріалу (3–5 рукописних сторінок) згідно з тематичним планом курсу. У разі позитивної оцінки на наступний день призначається ліквідація заборгованості з підсумкового контролю у форматі перездачі екзамену (диференційованого заліку).

14. Рекомендована література

14.1. Основна:

1. Главацька, О. Л. Попередження та подолання професійного вигорання соціальних працівників. Науковий вісник Ужгородського національного університету : серія: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород : Говерла, 2019. Вип. 2 (45). С. 41–45.

2. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / За заг. ред. проф. І.Д. Звереві. Київ Сімферополь: Універсум, 2012. 536 с.

3. Етичний кодекс психолога.

4. Коваль І. С. Використання інноваційних технологій у професійній діяльності психологів закладів вищої освіти Державної служби України з надзвичайних ситуацій // Коваль І. С. круглий стіл «Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності ЗВО МВС України та Національної поліції України», 25.04.2019. К. 152с., С. 44-45.
5. Коваль І. С. Професійна підготовка практичного психолога // Матеріали II науково-практичної конференції «формування сучасних педагогічних технологій та освітніх систем» (4-5 грудня 2020 р.) Запоріжжя 2020. С. 17-20.
6. Коваль І. С. Тренінг психологічної готовності майбутніх рятувальників до діяльності в екстремальних умовах : посібник. Львів : ЛДУ БЖД, 2016. 160 с.
7. Коваль М. С., Коваль І. С. Відмінність роботи капелана й психолога в зоні проведення ООС // Особистість в екстремальних умовах : зб. тез IX наук.-практ. конф. ; 17.05.2019 р., Львів. Львів : ЛДУ БЖД, 2019. С. 110–112.
8. Коваль М. С., Коваль І. С. Морально-психологічні аспекти виховного процесу в освітніх закладах ДСНС України / I Міжнародна науково-практична конференція «Конкурентоспроможність вищої освіти України в умовах інформаційного суспільства»// Чернігів-2018. С.460-462.
9. Коваль І. С. Поняття психопедагогіки у галузі безпеки людини. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. 2022. Вип. 90. С. 62–67.
10. Коваль І. С. Формування професійної готовності майбутніх рятувальників до діяльності в екстремальних умовах : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Львів, 2017. 294 с
11. Коваль М. С., Коваль І. С. Професійно-психологічний супровід рятувальників в умовах ризику: навчально-методичний посібник з організації та проведення тренінгу. Львів : ЛДУ БЖД, 2022. 252 с.
12. Козяр М. М., Литвин А. В. Психолого-педагогічна підготовка фахівців цивільного захисту. Інформаційно-комунікаційні технології в сучасній освіті: досвід, проблеми, перспективи : Збірник наукових праць. Випуск 5. / За ред. М. М. Козяра, Н. Г. Ничкало. Львів: ЛДУ БЖД, 2017. С. 126–132.
13. Козяр М., Коваль І. Психопедагогіка професійно-екстремальної підготовки: навчальний посібник. Львів: Вид-во ЛДУ БЖД, 2024. 504 с.
14. Колтунович Т. А. Етичний кодекс психолога : навч.-метод. посіб. / Т. А. Колтунович; Чернів. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича. - Чернівці : Рута, 2017. - 232 с.
15. Малахов В.А. Етика: Курс лекцій: Навч. посібник. – К.: Либідь, 2018. – 384с.
16. Наказ МВС України від 31.08.2017 р. № 747 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : https://zakononline.com.ua/documents/show/377553___377618.
17. Осауленко О.І. Юридична деонтологія: навч. посіб.-К.:Істина,2008. 224 с.
18. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана. Луцьк: РВВ. «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011.430 с.

19. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: Навч. посіб. К.: Міленіум, 2004. 264 с.
20. Сливка С.С. Юридична деонтологія: підручн.-К.:Атіка,2010. 296с
21. Юридична деонтологія: підр./за ред.. В.М.Горшеньова, В.В.Комарова. Х.:Основа.1993. Гусарєв С.Д. Юридична деонтологія. Основи юридичної діяльності: тереотичний та деонтолог. аспекти:навч.-метод. посіб.-К.:Віра-Р.1999.

14.2. Додаткова:

1. Андрушко Я.С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів :ЛьвДУВС, 2017. 211 с.
2. Євдокімова О.О. Психологічна служба : Навчально-методичний посібник. Х.: ХНУРЕ, 2013. 204 с.
3. Каліна Н.Ф. Психотерапія : підручник. К. : Академвидав, 2010. 288с.
4. Олійник Л. В., Коваль І. С. Дослідження професійної готовності випускників ЗВО із специфічними умовами навчання // Збірник наукових праць “Військова освіта” Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського, м. Київ. – 2023. – № 1 (47).С. 199-207.
5. Панок В. Г. Психологічна служба: Навчально – методичний посібник для студентів і викладачів. Кам'янець-Подільський: ТОВ Друкарня Рута, 2012. 488 с.
6. Періг І.М. Вступ до спеціальності “Психологія”. Навчально-методичний посібник для студентів спеціальності “Психологія”, “Практична психологія”. Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2017. 63 с
7. Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України. Наказ МОН від 22.05.2018, №509.
8. Психологічна служба в системі освіти: Курс лекцій. / Укладач: І.С. Загурська. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2015. 166 с
9. Сидоренко І. С. Актуальні напрямки роботи психолога в організаціях малого бізнесу // Актуальні проблеми психології. Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. Т. 4. К., 2002. С. 211-213.
10. Скоков С. І. Психологічна служба в установах кримінально-виконавчої системи України // Практична психологія і соціальна робота. 2002. № 6. С. 54-58.
11. Усатенко О. Супервізія як метод підвищення професіоналізму психолога-практика // Психологія і суспільство. 2008. №2. С.168- 172.
12. Шевченко Л.О., Чепіга Л.П. Практична психологія : навч. посібник. Харків : Константа, 2018. 191 с.
13. Шевчук Л. Імідж психолога //Психолог. Шкільний світ. 2009. №11/12. С.7-8.
14. Koval I. S. Phenomenology of continuous self-development of future rescuers // International scientific conference «The role of psychology and pedagogy

in the spiritual development of modern society» : conference proceedings, July 30–31, 2022. Riga, Latvia : «Baltija Publishing», 2022. 364 pages. P. 341-344.

15. Yaremko, R., Vavryniv, O., Tsiupryk, A., Perelygina, L., & Koval, I. (2022). Research of content parameters of the professional self-realization of future fire safety specialists. Amazonia Investiga, 11(53), 288-297.

14.3. Інформаційні ресурси:

1. База даних PsycINFO Американської психологічної асоціації
<https://www.apa.org/pubs/databases/psycinfo>

2. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>

3. Віртуальний університет ЛДУ БЖД. URL: <http://virt.ldubgd.edu.ua/>

4. Офіційний сайт Міністерства освіти і науки України
<https://mon.gov.ua/ua>

5. Офіційний сайт Національного агентства із забезпечення якості вищої освіти <https://naqa.gov.ua/>

6. Психологія UA <http://psychologiya.org.ua/>