



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Силабус навчальної дисципліни «Актуальні питання збереження і відновлення психічного здоров'я в освітньому середовищі»

1 – Загальна інформація

Назва ЗВО	Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка
Назва НД	Актуальні питання збереження і відновлення психічного здоров'я в освітньому середовищі
Автор (и)	- Прізвище та ім'я: Мельничук Ірина - Науковий ступінь: кандидат психологічних наук - Вчене звання: доцент - Посада: доцент кафедри психології та соціальної роботи - Електронна пошта: I.Y.Melnychuk@cuspu.edu.ua - Контакти, як можна зв'язатися: Вайбер, Телеграм: +380 958390336
Назва ОП	Освітня програма підвищення кваліфікації / професійного розвитку науково-педагогічних і наукових працівників закладів вищої освіти та наукових установ
Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність	011 Освітні, педагогічні науки
Статус НД	Обов'язкова
Обсяг	1 ЄКТС / 30 годин
Мова викладання	Українська

2 – Анотація, мета та результати навчання

Анотація до НД	<p>Уявлення про НД НД поєднує теоретичні основи формування ціннісного ставлення слухачів курсів до психічного здоров'я, практичні заходи профілактики його збереження та відновлення, а також розвиток психологічної стійкості викладачів та студентів вищої школи.</p> <p>Актуальність НД Важливість охорони психічного здоров'я в Україні відображено у Розпорядженні Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. №1018-р. «Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року». Концепція узгоджується з базовими міжнародними документами, зокрема: Конвенцією про захист прав людини і основоположних свобод 1950 року, ратифікованою Законом України від 17 липня 1997 р. № 475/97-ВР «Про ратифікацію Конвенції про захист прав людини і основоположних свобод 1950 року, Першого протоколу та протоколів № 2, 4, 7 та 11 до Конвенції»; Конвенцією про права осіб з інвалідністю, ратифікованою Законом України від 16 грудня 2009 р. № 1767-VI «Про ратифікацію Конвенції про права осіб з інвалідністю і Факультативного протоколу до неї»; Європейською соціальною хартією (переглянутою), ратифікованою Законом України від 14 вересня 2006 р. № 137-V «Про ратифікацію Європейської соціальної хартії (переглянутої)»; Гельсінською декларацією Європейської конференції ВООЗ на рівні міністрів охорони здоров'я, Європейським планом дій в галузі психічного здоров'я (Гельсінкі, Фінляндія, 2005); Декларацією конференції національних координаторів Програми охорони психічного здоров'я ВООЗ (Мерано, Італія, 2008).</p> <p>Міждисциплінарність НД НД належить до галузі знань «Освітні / педагогічні науки», поєднує у собі елементи освітньої політики, теорії організації, управління, охорони праці та безпеки життєдіяльності, педагогіки, психології.</p>
-----------------------	---

	<p>Загальні компетентності Професійного стандарту викладача ЗВО, на розвиток яких спрямовано НД</p> <p>НД спрямована на розвиток таких ЗК Професійного стандарту:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК.03 Володіння комунікативними навичками, здатність проявляти емпатію - ЗК.05 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел - ЗК.06 Здатність до особистісного і професійного розвитку - ЗК.10. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів) - ЗК.11 Здатність проявляти толерантність та повагу до культурної різноманітності - ЗК.12 Здатність діяти соціально відповідально та свідомо <p>Професійні компетентності Професійного стандарту викладача ЗВО, на розвиток яких спрямовано НД</p> <p>НД спрямована на розвиток таких ПК Професійного стандарту:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Б3. Здатність здійснювати індивідуальний супровід студента (наставництво, менторство) під час навчання) - В3.Здатність надавати студентам зворотний зв'язок щодо результатів оцінювання та рекомендації щодо покращення результатів навчання - Д1. Здатність готувати документи та матеріали до засідання кафедри, інших колегіальних органів, брати участь у нарадах, робочих групах, професійних об'єднаннях - Д2. Здатність планувати, готувати та проводити освітні та наукові заходи
Мета НД	НД спрямована на розвиток здатності НПП ініціювати, розробляти та впроваджувати цілісну ефективну систему збереження та відновлення психічного здоров'я викладачів і студентів вищої школи в умовах різноманітних викликів (пандемії, війни тощо)на основі європейських і національних стратегій, з урахуванням специфіки власного ЗВО та застосуванням провідних зарубіжних і вітчизняних наукових напрямків психології
Результати навчання (РН) НД	<ul style="list-style-type: none"> - РН1. Формувати ціннісне ставлення до психічного здоров'я у НПП закладів вищої освіти - РН2.Розроблятистратегію збереження і відновлення психічного здоров'я та заходи профілактики емоційного і професійного вигорання викладачів ЗВО - РН3. Удосконалити програму професійного розвитку / підвищення кваліфікації НПП з урахуванням збереження психічного здоров'я та плекання резиліентності - РН4. Розробляти модель психологічного супроводу збереження і відновленняпсихічного здоров'я студентської молоді, здійснювати її лобювання та впровадження - РН5. Розробляти стратегії, тактики та механізмирозвитку резиліентності викладачів і студентської молоді - РН6. Розробляти індивідуальну траєкторію розвитку НПП університету в контексті збереження психічного здоров'я - РН7. Володіти методами та техніками збереження і відновлення психічного здоров'я та розвитку резиліентності учасників освітнього процесу вищих навчальних закладів

3 – Зміст НД та навчальна діяльність

Зміст НД (модулі)	<ul style="list-style-type: none"> - Модуль 1 (0,5 ЕКТС). Турбота про психічне здоров'я учасників освітнього процесу вищої школи - Модуль 2 (0,5 ЕКТС). Розвиток резиліентностінауково-педагогічних працівників і студентської молоді в ЗВО
--------------------------	---

Назва модуля	Модуль 1 (0,5 ЕКТС). Турбота про психічне здоров'я учасників освітнього процесу вищої школи
РН, на які спрямовано модуль	<ul style="list-style-type: none"> - РН1. Формувати мотивацію ціннісного ставлення до психічного здоров'я у НПП вищих навчальних закладів освіти - РН2. Розробляти стратегію збереження і відновлення психічного здоров'я та заходи профілактики емоційного і професійного вигорання викладачів ЗВО - РН4. Розробляти модель психологічного супроводу збереження і відновлення психічного

	<p>здоров'я студентської молоді, здійснювати її лобіювання та впровадження</p> <ul style="list-style-type: none"> - РНБ. Розробляти індивідуальну траєкторію розвитку НПП університету в контексті збереження психічного здоров'я
Навчальна діяльність в аудиторії (6 год)	<ul style="list-style-type: none"> - Види навчальних занять¹: лекція, семінарське заняття, практичне заняття - Види навчальної діяльності²: дискусія, практичне завдання
<i>Лекція (2 год.)</i>	<p>Тема: Профілактика професійного вигорання і хронічної втоми в ЗВО</p> <p>Питання для обговорення:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Еталони психічного здоров'я особистості - Джерела підвищення знань у сфері охорони психічного здоров'я - Аналіз основних ознак синдрому хронічної втоми НПП і студентської молоді ЗВО - Характеристика зовнішніх внутрішніх чинників емоційного та професійного вигорання фахівців ЗВО, особливості відновлення рівня їх життєвої енергії та покращення якості життя - Модель цілісної системи турботи про психічне здоров'я викладачів і студентської молоді у вищих навчальних закладах
<i>Семінар (2 год.)</i>	<p>Тема: Поширені розлади у сфері психічного здоров'я в умовах воєнного часу</p> <p>Питання для обговорення:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки та сучасні підходи до терапії - Стратегії розвитку емоційної компетентності. Важливість усвідомлення емоцій та здатності до саморегуляції в надзвичайних ситуаціях - Сучасні методи психологічної допомоги при стресах і посттравматичних стресових розладах при зіткненні з різноманітними викликами (пандемія, війна і т ін.) - Психологічна підтримка студентської молоді з особливими потребами у період воєнного часу <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Діагностування й аналіз звичок, дій та поведінки, які сприяють і перешкоджають психічному здоров'ю учасників освітнього процесу ЗВО - Здійснити аналіз сучасних методів і технік регуляції стресових станів учасників освітнього процесу вищої школи в період воєнного часу - Розробити модель психологічної допомоги молоді з особливими потребами
<i>Практичне завдання (2 год.)</i>	<p>Тема: Формування ціннісного ставлення викладачів і студентів до свого психічного здоров'я</p> <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проаналізувати особливості реалізації цінностей у різних сферах життя викладачів і студентів, визначити способи їх корекції та розвитку - Визначити джерела пошуку гармонізації особистісного та професійного розвитку учасників освітнього процесу вищої школи і презентувати планування кроків у їх реалізації
Самостійна робота (5 год.)	<ul style="list-style-type: none"> - Види навчальної діяльності: практичне завдання, груповий проєкт
<i>Практичне завдання (5 год.)</i>	<p>Тема: Емоційно-вольова регуляція психофізичного стану учасників освітнього процесу вищої школи</p> <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Здійснити аналіз сучасних вітчизняних і зарубіжних наукових підходів дослідження проблеми емоційно-вольової регуляції психофізичного стану особистості - Розробити модель психологічної самопомоги в період воєнного часу, враховуючи сучасні тенденції вищої освіти, кращі зарубіжні та вітчизняні психологічні напрямки психології - Презентувати технології первинної психологічної допомоги особистості в надзвичайних

¹Види навчальних занять – лекція, практичне / семінарське / лабораторне / індивідуальне заняття, консультація, майстер-клас тощо

²Види навчальної діяльності студента – практичне завдання, проєкти, дискусії, презентації, лабораторні завдання, есе, реферати тощо

	ситуаціях
Ресурси ³	<ul style="list-style-type: none"> - Презентації, надані викладачем під час лекції та семінарського заняття - Болонський звіт 2020. https://eacea.ec.europa.eu/national-policies/eurydice/content/european-higher-education-area-2020-bologna-process-implementation-report_en - Паризьке комюніке (укр.) https://erasmusplus.org.ua/novyny/3131-bologna-conference-in-rome-19-nov-2020.html - Паризьке комюніке (англ.) https://ehea2020rome.it/storage/uploads/5d29d1cd-4616-4dfe-a2af-29140a02ec09/BFUG_Final_Draft_Rome_Communique-link.pdf - Європейський форум з навчання і викладання. https://www.eua.eu/issues/20:learning-teaching.html#sec-european-learning-teaching-forum ; https://www.eua.eu/events/117-2021-european-learning-teaching-forum.html - Європейські принципи вдосконалення навчання і викладання у вищій освіті. https://ihed.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/yevropeiski_pryntsypy_vdoskonalennia_navchanya.pdf - Навчання і викладання у ЄПВО. https://ihed.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/yevropeiski_pryntsypy_vdoskonalennia_navchanya.pdf - Розпорядження Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р.№1018-р. «Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року»https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-p#Text - Психологія здоров'я людини psihologiazdorovia.pdf - Програма "7 П" задля психічного здоров'я дітей та молоді URL: https://k-s.org.ua/7p/
Поточний контроль (2 год.)	- Презентація індивідуального / групового проекту «Підтримка психічного здоров'я викладачів і студентів ЗВО при зіткненні з викликами війни»

PAGE *

Назва модуля	Модуль 2 (0,5 ЄКТС). Розвиток резиліентності науково-педагогічних працівників і студентської молоді в ЗВО
РН, на які спрямовано модуль	<ul style="list-style-type: none"> - РН3. Удосконалити програму професійного розвитку / підвищення кваліфікації НПП з урахуванням збереження психічного здоров'я та плекання резиліентності - РН5. Розробляти стратегії, тактики та механізми розвитку резиліентності викладачів і студентської молоді - РН7. Володіти методами та техніками збереження і відновлення психічного здоров'я та розвитку резиліентності учасників освітнього процесу вищих навчальних закладів
Навчальна діяльність в аудиторії (6 год)	<ul style="list-style-type: none"> - Види навчальних занять: лекція-обговорення, семінар, практичне заняття - Види навчальної діяльності: дискусія, практичне завдання
Лекція (2 год.)	<p>Тема: Резиліентність як необхідна умова ефективної діяльності учасників освітнього процесу у вищих навчальних закладах</p> <p>Питання для обговорення:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Актуальність розвитку резиліентності в умовах воєнного часу - Феномен і структурні компоненти резиліентності - Визначення ресурсів резиліентності учасників освітнього процесу вищої школи та формування потреби у розвитку навичок психологічного відновлення
Семінар (2 год.)	<p>Тема: Сучасні технології психологічної допомоги у розвитку резиліентності в умовах воєнного часу</p> <p>Питання для обговорення:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Механізми формування резиліентності у педагогічних працівників і студентів вищих навчальних

³Рекомендовані ресурси – друковані, Інтернет-джерела, базиданих, віртуальні лабораторії, технічне і програмне забезпечення / обладнання тощо

	<p>закладів у контексті воєнного часу</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основні положення психологічної допомоги у розвитку резиліентності в руслі когнітивно-поведінкової терапії <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проаналізувати основні компоненти резиліентності - Здійснити аналіз інформаційних ресурсів розвитку резиліентності особистості у когнітивно-поведінковій терапії - Окреслити напрямки розвитку резиліентності викладачів і студентської молоді ЗВО з використанням сучасних зарубіжних і вітчизняних методів психології
<i>Практичне завдання (2 год.)</i>	<p>Тема: Особливості розвитку резиліентності НПП вищих навчальних закладів освіти</p> <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проаналізувати складові життєвої стійкості викладачів вищої школи та скласти план розвитку їх резиліентності - Розробити індивідуальну траєкторію розвитку НПП з урахуванням плекання резиліентності в умовах воєнного часу
<i>Самостійна робота (5 год.)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Види навчальної діяльності: практичне завдання, індивідуальний / груповий проєкт
<i>Практичне завдання (5 год.)</i>	<p>Тема: Роль НПП у системі допомоги розвитку резиліентності студентської молоді</p> <p>Завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Окреслити стратегії, тактики та інструменти підвищення резиліентності студентів ЗВО - Розробити модель психологічної підтримки і розвитку резиліентності студентської молоді
<i>Ресурси</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Презентації, надані викладачем під час лекції та семінарського заняття - Професійний стандарт на групу професій «Викладачі закладів вищої освіти». https://mon.gov.ua/storage/app/media/pto/standarty/2021/03/25/Standart%20na%20hrupu%20pr ofesiy Vykladachi%20zakladiv%20vyshchoyi%20osvity_25.03.pdf - Постанова КМУ «Деякі питання ПК педагогічних і науково-педагогічних працівників» № 800 від 21.09.2019 р. https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text - Наказ Міністерства освіти і науки України «Про затвердження Методичних рекомендацій для професійного розвитку НПП» № 1341 від 30.10.2020 р. https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-metodichnih-rekomendacij-dlya-profesijnogo-rozvitku-naukovo-pedagogichnih-pracivnikiv - Постанова Кабінету Міністрів України від 30 грудня 2015 р. № 1187 (в редакції постанови Кабінету Міністрів України № 365 від 24.03.21. (додаток 26, ліцензування освітньої діяльності у сфері післядипломної освіти) https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1187-2015-%D0%BF#n1588 - Ключові компетентності навчання впродовж життя. Європейська рамка https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/5719a044-b659-46de-b58b-606bc5b084c1 - https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994_975#Text - Академія резиліентності. https://resilience.k-s.org.ua/ - Романчук О. Витривалість у резиліентності. Як берегти і плекати психологічну стійкість в умовах тривалої війни. https://i-cbt.org.ua/resilience-endurance/
<i>Поточний контроль (2 год.)</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Презентація індивідуального / групового проєкту «Інтеграція практик розвитку резиліентності в контексті професійної діяльності науково-педагогічних працівників»

4 – Оцінювання РН та правила поведінки

Оцінювання РН	<p>Форми поточного контролю:</p> <ul style="list-style-type: none"> - участь в обговореннях, семінарських заняттях, виконання практичних завдань, презентація індивідуальних проєктів
----------------------	---

	<p>Форми підсумкового контролю:</p> <ul style="list-style-type: none"> - тест, захист індивідуального проєкту <p>Критерії оцінювання РН:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Активність - Конкретність, обґрунтованість - Креативність <p>Формування інтегральної оцінки за НД : максимально 100 балів</p> <ul style="list-style-type: none"> - Участь в обговореннях (лекції) – 5 балів - Участь в семінарських заняттях – 5 балів - Участь на практичних заняттях – 5 балів - Виконання самостійної роботи – 10 балів - Презентація результатів групових проєктів – 10 балів - Тест (1 год.) – 10 балів - Захистпроєкту (3 год.) – 20 балів
--	--

Правила поведінки	<p>Вимоги щодо відвідування занять, виконання завдань тощо:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Присутність та активна участь на заняттях - Своєчасне та якісне виконання завдань <p>Вимоги щодо академічної доброчесності:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Посилання на первинні джерела - Формування та формулювання авторської позиції
--------------------------	---

PAGE *

Розподіл годин (30 год.)

Модуль	Всього год.	Лекція	Практичні	Семінарські	Самостійна робота	Поточний контроль
Модуль 1	13	2	2	2	5	2
Модуль 2	13	2	2	2	5	2
Всього	26					

	Всього	Тест	Захист проєкту
Підсумковий контроль	4	1	3

Розподіл балів (100 балів)

Модуль	Всього год.	Лекція	Практичні	Семінарські	Самостійна робота	Поточний контроль
Модуль 1	35	5	5	5	10	10
Модуль 2	35	5	5	5	10	10
Всього	70					

	Всього	Тест	Захист проєкту
Підсумковий контроль	30	10	20



The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.