



Рівень вищої освіти (перший (бакалаврський), другий (магістерський))	Другий (магістерський) рівень вищої освіти
Статус дисципліни	Навчальна дисципліна фахового вибору ОПП
Курс	1-й курс
Семестр	1-й семестр
Обсяг дисципліни, кредити ЄКТС/години	4 кредити / 120 годин
Мова викладання	Українська мова
Що буде вивчатися (предмет вивчення)	<p>Навчальна дисципліна «Клініко-психологічні проблеми професійного стресу» належить до вибіркового компоненту освітньо-професійної програми «Психологія екстремальних і кризових ситуацій» є синергетичною, міждисциплінарною та охоплює актуальну проблематику чинників професійного стресу, його різновидів та його впливу на продуктивність діяльності, фізичне і психічне здоров'я людини.</p>
Чому це цікаво/треба вивчати (мета)	<p>Мета викладання навчальної дисципліни полягає у вивченні механізмів дії стресів, засвоєнні принципів єдності психосоматичного зв'язку в організмі людини, як механізму впливу дистресорів професійної діяльності на психічне і фізичне здоров'я; аналіз закономірностей характеру перебігу стресів, що виникають у трудовій діяльності, стресорів, що їх викликають, а також засвоєння принципів нейтралізації стресорів і підтримки психологічного благополуччя та професійного довголіття спеціалістів, зокрема стресогенних професій, пов'язаних з особливими умовами діяльності</p> <p>У теоретичному аспекті - це надання психологічних знань щодо природи стресу та його впливу на діяльність, стресогенних факторів, механізмів їх виникнення, особливостей дії професійного дистресу на функціональні стани, працездатність і здоров'я, а також симптоматики проявів накопиченого (хронічного) стресу та ресурсних можливостей людини.</p> <p>У практичному аспекті - це допомога майбутнім фахівцям в оволодінні вміннями прогнозування ризиків та наслідків професійних навантажень на здоров'я та психологічне благополуччя людини, діагностики кордонних та патологічних функціональних станів спеціалістів, а також визначення взаємозв'язку між фізіологічними та психологічними індивідуальними особливостями людини та її стресостійкістю й резистентністю до професійних деформацій та хвороб, психологічного супроводу професійної діяльності спеціалістів, які працюють в умовах підвищених стресових навантажень.</p>
Чому можна навчитися (результати навчання)	<p>Вивчення цієї навчальної дисципліни надає здобувачам можливість набути навички організації професійної діяльності з дотриманням принципів екології професійної діяльності, профілактики розвитку негативних наслідків професійного дистресу та впровадження заходів, спрямованих на подолання симптомів кордонних та патологічних функціональних станів, пов'язаних з підвищеними навантаженнями, зокрема в професіях з особливими умовами діяльності.</p>

	<p>Також опанування матеріалу даної дисципліни передбачає такі програмні результати:</p> <ul style="list-style-type: none"> – розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, консультування, психокорекція тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість; – розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість; – оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації; – уміти організовувати та проводити виробничі психологічні дослідження, пов'язані з оцінкою людського фактору; – розробляти та впроваджувати програми психологічної підготовки персоналу до діяльності в особливих ситуаціях; – диференціювати типи екстремальних ситуацій і форми поведінки людей в цих ситуаціях, прогнозувати можливі наслідки впливу певних екстремальних чинників на людину. – використовувати основні методи (методики) психологічної діагностики та психологічної допомоги при розладах, пов'язаних з професійним стресом.
<p>Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)</p>	<p>В результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен набути:</p> <p><i>Інтегральну компетентність</i></p> <p>Здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій і характеризується комплексністю та невизначеністю умов і вимог</p> <p><i>Загальні компетентності</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; – здатність генерувати нові ідеї (креативність). – уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми; – здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів); – здатність діяти соціально відповідально та свідомо; – здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети. <p><i>Фахові компетентності</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості. – здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології. – здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах; – здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями; – здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних професійних та життєвих ситуаціях. – здатність здійснювати фаховий аналіз чинників, що визначають динаміку психічних і соціально-психологічних явищ в екстремальних і кризових ситуаціях та в постекстремальний період. – здатність організовувати консультативну та психокорекційну взаємодію (індивідуальну чи групову) в рамках системи психологічного супроводу в організаціях та на підприємствах з особливими умовами праці, а також аналізувати та оцінювати її ефективність.
<p>Навчальна логістика</p>	<p>Зміст дисципліни:</p> <p>Навчальний матеріал дисципліни структурований за модульним принципом і складається з 1-го навчального модуля.</p> <p>Модуль №1 «Етіологія, механізми прояву та наслідки дії професійного стресу»</p> <p>Тема 1. Основні концепції стресу, класифікація та діагностичні критерії стресових станів.</p>

Історичний вимір виникнення вчення про стрес. Сутність стресу, його види, ступені вираження та стадії розвитку. Теорії та моделі стресу. Сучасне уявлення про стрес

Тема 2. Різновиди стресорів та особливості стресових факторів, пов'язаних з професійною діяльністю.

Фізіологічні механізми стресу. Особливості психологічного стресу. Соціальний тиск та соціальна депривація як стресогенні фактори. Загальні закономірності професійного стресу. Професійні стреси представників окремих професій.

Тема 3. Механізми впливу стресу на діяльність людини на різних рівнях регуляції.

Травматичний стрес, його наслідки для організму. Біохімія стресу. Вплив стресу на роботу основних систем організму: серцево-судинної, м'язової, системи дихання, системи травлення, ендокринної системи. Постстресові психосоматичні захворювання.

Тема 4. Закономірності динаміки стресу та вплив різних фаз на системи організму, працездатність людини та продуктивність її професійної діяльності

Загальні закономірності розвитку стресу. Чинники розвитку стресу. Основні фази стресу та їх психофізіологічний механізм. Негативні наслідки стресу та криза горя.

Тема 5. Стресостійкість людини як похідна її індивідуально-психологічних характеристик.

Індивідуальні особливості поведінкової активності. Стилi діяльності людини. Фізіологічні основи стресостійкості. Копінг стратегії та захисні механізми як прояв індивідуальних особливостей долаючої поведінки.

Тема 6. Кордонні та патологічні функціональні стани, пов'язані з особливими умовами діяльності.

Особливі стани активації, спричинені умовами праці. Нервово-психічна напруга. Стонлення та перевтомлення. Гіподинамія та гіпокенезія. Депривація та моногонія. Причини виникнення та профілактика негативних функціональних станів в професійній діяльності.

Тема 7. Професійні захворювання та деформації.

Класифікація професійних захворювань та деформацій. Особливості проведення експертизи при професійних захворюваннях. Санітарно-гігієнічні та медико-профілактичні заходи щодо попередження розвитку професійних хвороб та їх прогресування. Психологічна допомога співробітникам з професійними деформаціями та захворюваннями

Тема 8. Принципи організації праці, спрямовані на збереження фізичного та психічного здоров'я співробітників.

Феномен емоційного вигорання: причини, фази та наслідки. Фактори демотивації при стресі. Принципи та прийоми підвищення професійної мотивації співробітників в ситуації дії стресових факторів.

Тема 9. Принципи організації праці, спрямовані на збереження фізичного та психічного здоров'я співробітників.

Загальні підходи до нейтралізації та управління стресом. Методики зменшення фізичного ефекту стресу. Психологічна допомога у стані гострого стресу. Превентивні заходи нейтралізації стресу. Саморегуляція та самопрограмування як способи підвищення стресової витривалості особистості

Види занять: лекції та практичні заняття.


Методи навчання:

При вивченні навчальної дисципліни використовуються наступні методи навчання:

а) на лекційних заняттях: мультимедійні презентації, демонстрації, проблемно-орієнтовані бліц-дискусії та проблемно-пошукові методи;

б) на практичних заняттях: ситуаційні завдання, практичні вправи, елементи тренінгових форм роботи та моделюючих ігор, виконання завдань в складі малих груп.

	Форми навчання: очна, заочна.
Переквізити	Дисципліна ґрунтується на знаннях про механізми функціонування організму, основ психології, індивідуальних та вікових відмінностей, принципів організації трудової діяльності.
Пореквізити	Набуті знання та професійні компетентності можуть бути застосовані при розробці стратегії роботи з персоналом, проведенні психологічного супроводу співробітників організацій, індивідуальної та групової роботи, спрямованої на підтримку фізичного здоров'я та психологічного благополуччя співробітників, зокрема представників професій з особливими умовами діяльності.
Інформаційне забезпечення з репозитарію та фонду НТБ НАУ	<p>Навчальна та наукова література:</p> <p><i>Базова література</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Гавалешко О. М, Пасніченко В. В., Кривко Т. А. Акмеологія з основами психології кар'єри: навчально-методичний посібник. Чернівці, 2004. 84 с – Земба А.Б. Стиль керівництва та професійне здоров'я управлінців / А.Б. Земба // Психологічні перспективи / Волин, нац. ун-т ім. Лесі країнки, Ін-т соц. та політ. психології АПН України. - Луцьк, 2012. - Вип. 13. - С. 145-151. – Клінічна психологія: навчальний посібник / укл. Ю.П.Никоненко. – К.:КНТ, 2016. – 369 с. – Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості. К.: Ніка-Центр, 2007. 431 с. – Психологія управління / Ходаківський Є.І., Богоявленська Ю.В., Грабар Т.П. Підручник. — К.: Центр учбової літератури, 2011. — 664 с. – Шкала стресових професій [Електронний ресурс]. — Режим доступу: http://laktiale.com.ua/ua/stress/stress-statyi/uchenye-sostavili-shkalu-stressovyh-professiy440.html – Порхунувій С. Стреси на роботі [Електронний ресурс]. — Режим доступу: http://megasite.in.ua/55688-stresi-na-roboti.html <p><i>Допоміжна література</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від критичних інцидентів // автореф. дисс. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук. – Харків, 2000 – Басва О. Стрес як необхідна умова життєдіяльності організму/О. Басва // Персонал. — 2014. —Т.1.—С.78—84. – Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., Пономаренко В.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях. Психологический аспект. Минск: Изд-во Университетское, 1985. 206 с. – Зайчикова Т. В. Профілактика та подолання стресів як умова підтримки психологічного здоров'я працівників організацій / Т. В. Зайчикова // Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка: збірник наукових праць. — 2008. — № 3(24). — С. 135–137. – Feder A., Nestler E.J., Westphal M., Charney D.S. Psychobiological mechanisms of resilience to stress. Handbook of adult resilience / Eds J.W. Reich, A.J., A.J. Zautra, J.S. Hall. N.Y.: Guilford. 2010. P. 35 – 55. – Zautra A.J., Hall J.S., Myrray K.E. Resilience: A new definition of health for people and communities. Handbook of adult resilience / Eds J.W. Reich, A.J.Zautra, J.S.Hall. N.Y.: Guilford, 2010. P. 3–34.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія 8.909, проектор, екран, психологічний інструментарій для практичної роботи
Семестровий контроль, екзаменаційна методика	диференційований залік

Кафедра	Кафедра управління людським фактором	
Факультет	Навчально-науковий інститут неперервної освіти	
Викладач(и)		<p>ПІБ Сечейко Олена Віталіївна Посада: доцент Вчене звання: доцент Науковий ступінь: канд. психол. наук Профайл викладача: Профіль Google Scholar https://scholar.google.com.ua/citations?hl=uk&user=VKNI0bIAAAAJ Профіль ORCID: orcid.org/0000-0002-7140-8252 Профіль ResearchGate: https://www.researchgate.net/profile/Olena_Secheiko Профіль на сайті НТБНАУ: http://www.lib.nau.edu.ua/naukpraci/teacher.php?id=10618 Профіль у репозитарії НАУ (повний перелік праць): http://www.lib.nau.edu.ua/praci/10618secheyko.pdf Тел.: 406- 68-04 E-mail: SecheykoE@nau.edu.ua Робоче місце: ауд 8.905</p>
Оригінальність навчальної дисципліни	Дисципліна є прикладною і сприяє інтеграції уявлень щодо сучасних підходів трактування стресу, механізмів його впливу на організм на працездатність людини, динаміку стресу, стресорів, пов'язаних з професійною діяльністю та шляхів їх нейтралізації.	
Лінк на дисципліну		