

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПРИЙОМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ САМОДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ

1. Кафедра:	Психології та педагогіки
2. Ступінь вищої освіти / освітня програма	Магістр / Психологія
3. Статус навчальної дисципліни	Вибіркова
4. Місце в структурно-логічній схемі	Викладається у другому та третьому семестрах на першому та другому році навчання у магістратурі
5. Кількість кредитів ЄКТС:	4
- загальна кількість годин:	120
- з них аудиторних годин:	20
- лекції:	4
- практичні заняття:	16
- самостійна робота:	100
6. Короткий зміст навчальної дисципліни	<p>Курс спрямований на ознайомлення студентів із основними практичними прийомами надання професійної психологічної підтримки, допомоги та самопомоги особистості військовослужбовця. Мета курсу – підготувати майбутніх психологів до здійснення професійних функцій в галузі військової психології. Навчити: способів активізації морально-психологічного стану військовослужбовців у бою; психологічних методів підвищення стійкості військовослужбовців до бойового стресу; технології запобігання бойовим психічним травмам; діагностиці динаміки переживання посттравматичного стресового розладу (ПТСР); основних методів психологічної саморегуляції; методів профілактики психологічної реабілітації пост-стресових розладів;. Здобувачі отримають знання про психологію</p>

	<p>кризових станів людини та вміння надавати необхідну психологічну допомогу й підтримку у різних кризових ситуаціях.</p>
<p>7. Міждисциплінарні зв'язки</p>	<p>Теорія та практика соціально –психологічної допомоги, Психологія особистості під час війни та повоєнний час, Практикум із регуляції та саморегуляції особистості.</p>
<p>8. Форми і методи навчання:</p>	<p>Заняття проводяться у формі Лекцій, семінарських та практичних занять.</p> <p>Методами навчання є: пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, проблемно-пошуковий та дослідницький</p>
<p>9 Форма контролю:</p>	<p>Залік</p>
<p>10. Методи та критерії оцінювання:</p>	<p>Оцінювання результатів вивчення навчальної дисципліни у формі заліку.</p> <p>Підсумковий контроль у формі заліку проводиться після проведення всіх видів занять передбачених робочою навчальною програмою відповідної освітньої компоненти.</p> <p>Оцінювання здійснюється за результатами накопичених балів з аудиторної та самостійної робіт.</p> <p>Результати навчання з аудиторної роботи обчислюються за таким алгоритмом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - результат аудиторної роботи визначається, як середній бал помножений на коефіцієнт 16 та заокруглюється до цілого балу за математичними правилами (до 0,4 включно – до попереднього цілого числа, 0,5 і більше – до наступного цілого числа); - середній бал дорівнює сумі усіх одержаних позитивних оцінок (балів) поділених на відповідну кількість, при цьому: <ul style="list-style-type: none"> а. мінімальна кількість оцінок має складати не менше 1/3 (33 %) від загальної можливої кількості занять (семінарських, практичних, лабораторних) передбачених робочою навчальною програмою навчальної дисципліни. Якщо 1/3 (33 %) від кількості занять складає дробове число, то до розрахунку береться наступне ціле число; б. якщо кількість отриманих оцінок менша за 1/3 (33 %), то кожна недостаюча оцінка враховується, як «нуль»

балів;

в. кількість позитивних оцінок, які перевищують визначену мінімально допустиму («додаткових») враховуються з коефіцієнтом 0,5, такий коефіцієнт застосовується з метою мотивування здобувачів вищої освіти до покращення результатів оцінювання за аудиторну роботу;

г. невідпрацьовані «незадовільні» оцінки та пропущені заняття враховуються як «нуль» балів;

д. відпрацювання усіх «незадовільних» оцінок та пропущених занять не є обов'язковим.

У випадку, якщо за результатами оцінювання аудиторної роботи сума накопичувальних балів перевищує 80, то здобувачу вищої освіти нараховується максимально допустимий результат – 80 балів.

Формула розрахунку:

$$РАР = \frac{СОБ}{МКО + КДО * 0,5 + КНО} * 16$$

де:

- РАР – результат аудиторної роботи;
- СОБ – сума отриманих оцінок у балах;
- МКО – мінімальна кількість оцінок (1/3 (33 %) від кількості семінарських, практичних, лабораторних занять передбачених робочою навчальною програмою навчальної дисципліни). При цьому, якщо МКО складає дробове число, то до розрахунку береться наступне ціле число;

- КДО – кількість «додаткових» оцінок – оцінок, що перевищують МКО;

- КНО – кількість невідпрацьованих «незадовільних» оцінок та невідпрацьованих пропущених занять.

Загальна кількість балів за самостійну роботу визначається, як сума отриманих балів за виконання видів робіт, передбачених робочою навчальною програмою навчальної дисципліни.

Підсумкова кількість балів отриманих під час складання заліку визначається, як сума отриманих балів за аудиторну (максимум 80 балів) та самостійну роботу (максимум 20 балів).

Поточний контроль Підсумковий контроль

(ПК)

Аудиторна робота (РАР)

(семінарські/практичні

заняття та контрольні

заходи) Самостійна робота

(РСР) ЗАЛК (З)

≤ 80 ≤ 20

≤ 100

Підсумкова кількість балів = РАР+РСР ≤ 100

У разі, якщо здобувач вищої освіти під час складання заліку отримав менше 60 балів – «не зараховано» він ліквідує академічну заборгованість за окремим графіком на вище визначених умовах.

Такий здобувач повинен покращити результати поточного контролю (відпрацювати пропущені заняття та/або незадовільні оцінки, відпрацювати тему для одержання оцінки, виконати самостійну роботу тощо) до моменту ліквідації академічної заборгованості.

У разі повторного не складання заліку ліквідація академічної заборгованості здійснюється перед комісією без врахування результатів навчання отриманих за результатами аудиторної та самостійної роботи за 100 бальною шкалою. При ліквідації академічної заборгованості перед комісією здобувач вищої освіти може одержати не більше 70 балів.

9.2. Оцінювання результатів вивчення навчальної дисципліни у формі екзамену

Підсумковий контроль у формі екзамену проводиться після проведення всіх видів занять передбачених робочою навчальною програмою відповідної освітньої компоненти згідно з розкладом.

Оцінювання здійснюється за результатами накопичення балів поточного контролю (аудиторної – до 40 балів та самостійної робіт – до 10 балів) та підсумкового контролю (екзамену – до 50 балів).

Результати навчання з аудиторної роботи обчислюються за таким алгоритмом:

- результат аудиторної роботи визначається, як середній бал помножений на коефіцієнт 8 та заокруглюється до цілого балу за математичними правилами (до 0,4 включно – до попереднього цілого числа, 0,5 і більше – до наступного цілого числа);

- середній бал дорівнює сумі усіх одержаних

позитивних оцінок (балів) поділених на відповідну кількість, при цьому:

а. мінімальна кількість оцінок має складати не менше 1/3 (33 %) від загальної можливої кількості занять (семінарських, практичних, лабораторних) передбачених робочою навчальною програмою навчальної дисципліни. Якщо 1/3 (33 %) від кількості занять складає дробове число, то до розрахунку береться наступне ціле число;

б. якщо кількість отриманих оцінок менша за 1/3 (33 %), то кожна недостаюча оцінка враховується, як «нуль» балів;

в. кількість позитивних оцінок, які перевищують визначену мінімально-допустиму («додаткових») враховуються з коефіцієнтом 0,5;

г. невідпрацьовані «незадовільні» оцінки та пропущені заняття враховуються як «нуль» балів;

д. відпрацювання усіх «незадовільних» оцінок та пропущених занять не є обов'язковим.

Формула розрахунку:

$$РАР = \frac{СОБ}{МКО + КДО*0,5+КНО} * 8$$

де:

- РАР – результат аудиторної роботи;
- СОБ – сума отриманих оцінок у балах;
- МКО – мінімальна кількість оцінок (1/3 (33 %) від кількості семінарських, практичних, лабораторних занять передбачених робочою навчальною програмою навчальної дисципліни). При цьому, якщо МКО складає дробове число, то до розрахунку береться наступне ціле число;

- КДО – кількість «додаткових» оцінок – оцінок, що перевищують МКО;

- КНО – кількість невідпрацьованих «незадовільних» оцінок та невідпрацьованих пропущених занять.

Загальна кількість балів за самостійну роботу визначається, як сума отриманих балів за виконання видів робіт, передбачених робочою навчальною програмою навчальної дисципліни.

Кількість балів, отриманих під час складання екзамену може складати до 50 балів.

Встановлюються: максимальні суми балів за виконання завдань у рамках аудиторної та самостійної роботи – до 50 балів та за виконання завдань, винесених на екзамен – до 50 балів.

Форма проведення, завдання та критерії оцінювання екзамену визначається робочою навчальною програмою навчальної дисципліни.

Поточний контроль Підсумковий контроль (ПК)

Аудиторна робота (РАР)

(семінарські/практичні

заняття та контрольні

заходи) Самостійна робота

(РСР) ЕКЗАМЕН (Е)

≤ 40 ≤ 10

≤ 50 ≤ 50

Підсумкова кількість балів = РАР+РСР ≤ 100

У разі, якщо здобувач вищої освіти під час складання екзамену отримав менше 20 балів екзамен вважається складеним на «нуль» балів, а в заліково-екзаменаційну відомість виставляються лише бали отримані за результатами поточного контролю.

Якщо підсумкова кількість балів менша 60, здобувач вищої освіти вважається таким, що отримав оцінку «незадовільно» та ліквідує академічну заборгованість за окремим графіком на вище визначених умовах. Здобувач має право покращити результати поточного контролю до моменту ліквідації академічної заборгованості.

У разі повторного не складання екзамену ліквідація академічної заборгованості здійснюється перед комісією без врахування результатів навчання отриманих у результаті поточного контролю за 100 бальною шкалою.

При ліквідації академічної заборгованості перед комісією здобувач вищої освіти може одержати не більше 70 балів.

Здобувач вищої освіти, як додатковий здобуток може отримати додаткові бали, при цьому загальна сума накопичувальних балів не повинна перевищувати 100:

- за наукову роботу в межах навчальної дисципліни до 10-ти балів;

- за проходження тренінгу за тематикою навчальної дисципліни та отриманні сертифікату до 5-ти балів.

З метою підвищення поточного рейтингу успішності

здобувач вищої освіти має право перескладати аудиторну та самостійну роботу відповідно до графіка, встановленого науково-педагогічним працівником до підсумкового контролю, і не більше двох пропусків та/або незадовільних оцінок з однієї навчальної дисципліни в один робочий день.

Відсутність здобувача вищої освіти на підсумковому контролі без поважної причини, прирівнюється до незадовільної оцінки. Такий здобувач вищої освіти має право скласти підсумковий контроль під час ліквідації академічної заборгованості, визначеної окремим графіком.

Здобувач вищої освіти зобов'язаний попередити деканат про свою можливу відсутність на підсумковому контролі до його початку. Здобувач вищої освіти, який був відсутній на підсумковому контролі з поважних причин, які підтверджені відповідними документами, за рішенням декана факультету (директора інституту, керівника відділу докторантури та аспірантури) може скласти пропущений підсумковий контроль у визначений час.

Здобувач вищої освіти, який за результатами поточного та підсумкового контролю сумарно накопичив менше 60-ти балів, допускається до повторного перескладання підсумкового контролю після закінчення екзаменаційної сесії, але до початку наступного семестру чи атестації.

Захист курсової роботи та результатів практичної підготовки здобувачів вищої освіти оцінюються як окремі освітні компоненти від 0 до 100 балів ЄКТС.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні **знати**:

стратегічне значення вміння керувати бойовими стресами, технологію контролю рівня бойового стресу к військовим та психологом; контролю впливу зовнішніх і внутрішніх бойових стресчинників на особистість, технології визначення стресостійкості особистості. Природу стресу в умовах бойових дій. Принципи безпеки від вражаючої дії факторів бойової обстановки. Методи подолання стресу. Першу допомога військовому в тяжкій стресовій ситуації. Комплексні способи подолання стресу військових та осіб, що перенесли бойовий стрес.

11. Результати навчання:

***12. Основні
інформаційні джерела***

1. Зоран Комар. Психологічна стійкість воїна. Підручник для військових психологів. Київ, 2017. 185 с.
2. Бондарев Г. В., Круть П. П. Основи військової психології : навч. посіб. Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2020. 272 с. 6.
3. Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій : метод. посібник / О. М. Кокун, В. М. Мороз, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. – Київ-Одеса : Фенікс, 2022. 88 с.
4. Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України: метод. посіб. / За редакцією генерал-майора В. Клочкова. К.: НДЦ ГП ЗС України, 2023. 337 с.