

ПСИХОГІГІЄНА

курс за вибором

перший (бакалаврський) рівень вищої освіти



ВИКЛАДАЧ

ЗІНЧЕНКО ОЛЕКСАНДР ВОЛОДИМИРОВИЧ

канд. психол. наук, старший викладач
кафедри психології і туризму
oleksandr.zinchenko@knlu.edu.ua

ЗАГАЛЬНА ТРИВАЛІСТЬ КУРСУ:

3 кредити ЄКТС/90 годин
аудиторні – 30 годин
самостійна робота – 60 годин

МОВА ВИКЛАДАННЯ

українська

ПОПЕРЕДНІ УМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ:

курс адаптований для здобувачів усіх спеціальностей КНЛУ

ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ:

залік

ПРО КУРС

Проблема психічного здоров'я набула особливої актуальності у наш час
В рамках курсу, студенти мають можливість сформуванню й навички збереження й зміцнення психічного здоров'я у різних сферах життя.

ЗМІСТ КУРСУ

Лекційна частина курсу:

- *аналіз поняття психічного здоров'я та психогігієни як наукової галузі;*
- *психогігієна у контексті вікового розвитку й соціалізації;*
- *специфіка психогігієни у праці, освіті, родинних стосунках.*

Практична частина курсу передбачає

- *оцінювання розвитку власних навичок психогігієни у різних сферах життя;*
- *розвиток умінь збереження психічного здоров'я у праці, побуті й навчанні;*
- *розвиток умінь і навичок збереження і зміцнення психічного здоров'я у міжособистісному спілкуванні.*