


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

Кафедра практичної психології

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Декан педагогічного
факультету Олещенко Т.О.


(підпис)
« 31 » серпня 2023 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА
нормативної навчальної дисципліни

«Психологічна безпека особистості»

освітнього рівня магістр

(назва освітнього рівня)

галузі знань **05 Соціальні та поведінкові науки**

(шифр і назва галузі знань)

спеціальності **053 Психологія**

(код і назва спеціальності)

ОНП «Експериментальна практична психологія»

Шифр за навчальним планом ПП07

Київ – 2023

Робоча програма розроблена на підставі навчальної програми «Психологічна безпека особистості», затверджена Вченою радою НПУ імені М.П. Драгоманова, протокол № 4 від 27.10.2022 р.

Розробник: *І.О. Лапченко*, доцент кафедри практичної психології, кандидат психологічних наук, доцент

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри практичної психології

«30» серпня 2023 року, протокол №1.

Завідувач кафедри


(підпис)

проф. Митник О.Я.

1. Опис навчальної дисципліни

| Загальні характеристики дисципліни | Навчальне навантаження з дисципліни | | Методи навчання і форми контролю |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки | Кількість кредитів - 6 | | Методи навчання Пояснювально-ілюстративні методи. Активні та інтерактивні методи: створення та обговорення таблиць Аналіз аксіогенези героїв художніх творів, фільмів Розв'язування психологічних завдань. Форми поточного контролю: завдання самостійної роботи Форма підсумкового контролю: <i>екзамен</i> |
| Спеціальність (код, назва) 053 Психологія («Практична психологія») | Загальна кількість годин - 180 | | |
| | <i>Денна</i> | <i>Заочна</i> | |
| Освітній рівень: «магістр» | Лекції: | | |
| | 16 | - | |
| Нормативна | Практичні заняття: | | |
| | 12 | - | |
| Рік вивчення дисципліни за навчальним планом: 2-й | Лабораторні заняття: | | |
| | 12 | - | |
| Семестр: 3-й | Індивідуальна робота: | | |
| Тижневе навантаження (год.) 3 год | 140 | - | |
| | Самостійна робота: | | |
| | Співвідношення аудиторних годин і годин СРС: | | |
| Мова навчання - укр. | 1 / 3,5 | - | |

Програма нормативної навчальної дисципліни «Психологічна безпека особистості» складена відповідно до освітньо-наукової програми «Експериментальна практична психологія» підготовки фахівців освітнього рівня *магістр*, галузі знань *05 Соціальні та поведінкові науки*, спеціальності *053 Психологія*.

Предмет вивчення навчальної дисципліни: психологічний аспект безпеки людини в різноманітних видах діяльності і в умовах соціального середовища.

Міждисциплінарні зв'язки: «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Соціальна психологія», «Конфліктологія», «Організаційна психологія», «Психологія праці», «Психологія управління», «Психологія релігії», «Кризова психологія», «Реабілітаційна психологія», «Психологія терору».

Мета і завдання навчальної дисципліни. Метою викладання навчальної дисципліни «Психологічна безпека особистості» є формування в студентів системи знань про психологічну безпеку особистості та психологічні основи безпечної поведінки, готовності до здійснення безпечної професійної діяльності.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Психологічна безпека особистості» є систематизація знань про джерела загроз для психологічної безпеки особистості та сукупність властивостей особистості, що детермінують її

психологічну безпеку; формування умінь щодо застосування знань з проблем психологічної безпеки особистості, користування ефективними способами подолання стресових ситуацій і техніками зниження тривожних станів, розвиток критичного мислення.

2. Основні результати навчання і компетентності згідно з вимогами освітньо-наукової програми:

| Результати навчання | Компетентності |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.</p> <p>ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.</p> <p>ПР14. Здатність будувати (розробляти) різноманітні технології розвивальних впливів на особистісно-професійний розвиток людини: технології ігromodelювання, технології психоконсультування, психокорекційні технології.</p> <p>ПР16. Здатність організувати міжособистісні контакти, здійснювати діагностичну роботу, профілактичні та корекційно-розвивальні програми для дітей з різними видами порушень психофізичного розвитку.</p> <p>ПР20. Наявність знань про зміст, структуру, показники розвитку особистості конкурентоздатного фахівця та засоби становлення особистості конкурентоздатного фахівця.</p> | <p>ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.</p> <p>ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p>СК5. Здатність організувати та реалізувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.</p> <p>СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.</p> <p>СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.</p> <p>СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.</p> <p>СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.</p> |

3. Примірний тематичний план

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 6 кредити ЄКТС 180 годин.

| № | Назви модулів і тем | Кількість годин (денна форма навчання) | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------|-----------|-------------|-------------------|
| | | Аудиторні | Лекції | Практичні | Лабораторні | Самостійна робота |
| Змістовий модуль 1. Основи психологічної безпеки особистості | | | | | | |
| 1. | Тема 1. Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання. Природні та соціальні загрози безпеки особистості | 4 | 2 | 2 | | 12 |
| 2. | Тема 2. Інформаційно-психологічна безпека особистості. | 4 | 2 | | 2 | 18 |
| 3. | Тема 3. Економічна безпека особистості | 4 | 2 | 2 | | 18 |
| 4. | Тема 4. Психологічна безпека освітнього середовища. | 4 | 2 | 2 | | 16 |
| 5. | Тема 5. Соціально-психологічна безпека особистості. | 4 | 2 | | 2 | 16 |
| Всього на модуль 1 | | 20 | 10 | 6 | 4 | 80 |
| Змістовий модуль 2. Індивідуально-психологічні якості як детермінанти психологічної безпеки особистості | | | | | | |
| 5. | Тема 6. Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності. | 6 | 2 | 2 | 2 | 20 |
| 6. | Тема 7. Прийоми психічної саморегуляції. Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості. | 6 | 2 | 2 | 2 | 20 |
| 7. | Тема 8. Діяльність та її безпека. Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності. | 8 | 2 | 2 | 4 | 20 |
| Всього на модуль 2 | | 20 | 6 | 6 | 8 | 60 |
| Разом: | | 40 | 16 | 12 | 12 | 140 |

4. Зміст дисципліни

| № з/п | 4.1. Назва модулів, тем та їх зміст | Кількість годин | |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------|
| | | Всього аудиторних | в т.ч. лекцій |
| 1 | Тема. Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання. Природні та соціальні загрози безпеки особистості Поняття про об'єкт, предмет та завдання психології безпеки. Історія психології безпеки Визначення поняття | 4 | 2 |

| | | | |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| | <p>«психологічна безпека» і її основні категорії. Міждисциплінарні зв'язки дисципліни «Психологічної безпеки особистості». Методи дослідження психологічної безпеки особистості.</p> <p>Класифікація джерел небезпеки. Психогенні фактори у трудовій діяльності; психологічні загрози; когнітивні мапи рівня безпеки; безпека праці та ергономіка; загрози (аварійні) ситуації, загрози стани; загрози поведінки. Поняття ризику. Поняття терору. Поняття булінгу.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 10, 11, 13</i></p> | | |
| 2 | <p>Тема. Інформаційно-психологічна безпека особистості.</p> <p>Об'єкт і суб'єкт інформаційно-психологічної безпеки. Джерела, засоби інформаційного впливу на особистість. Фактори маніпуляції свідомістю: політичні, соціально-економічні, соціально-психологічні. Способи негативного впливу на особистість: Інтернет, реклама, дискурс, кіно, експресивна мова, соціальне оточення. Поняття «інформаційна війна»</p> <p>Зміна образної картини світу: порушення ідентичності, неадекватність самооцінки, втрата самоконтролю, зміна рольової поведінки, викривлення структури цілей.</p> <p>Інтернет-залежність як різновид адиктивної поведінки. Соціальні мережі і особистісна небезпека. Збереження ідентичності в соціальних мережах.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 10, 11, 13, електронне 3</i></p> | 4 | 2 |
| 3 | <p>Тема. Економічна безпека особистості</p> <p>Загрози економічної безпеки: безробіття, криміналізація економіки, погіршення природного середовища, зростання захворювань; форс-мажорні обставини задоволення потреб. Джерела та засоби негативних економічних впливів на безпеку особистості: об'єктивні, суб'єктивні, потенційні, реальні, уявні. Деструктивні наслідки впливу економічної небезпеки: звуження кола інтересів, відмова від активної економічної поведінки, невпевненість у майбутньому, роздратування та агресивність.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 3, 9, 13</i></p> | 4 | 2 |
| 4 | <p>Тема. Психологічна безпека освітнього середовища.</p> <p>Поняття «освітнє середовище». Специфіка психологічної безпеки в освітньому середовищі. Класифікація загроз психологічній безпеці в освітньому середовищі. Освітній булінг.</p> <p>Особливості маніпулятивної поведінки в процесі психолого-педагогічної взаємодії викладачів і студентів.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 3, 9, 13</i></p> | 4 | 2 |
| 5 | <p>Тема. Соціально-психологічна безпека особистості.</p> <p>Феномен масових комунікацій. Способи формування соціальних настанов. Психологія натовпу, дескриптори поведінки у натовпі; безпечна взаємодія з іншими людьми. Розпізнавання обману та брехні. Розпізнавання булінгу. Класифікація масових психічних явищ, військові конфлікти, соціальна напруга, стихійні загрози, екологічні катастрофи. Форми реакції людини на екстремальні ситуації. Психологічні аспекти посттравматичних ситуацій.</p> <p>Загальні відомості про психологію тероризму та сектантства. Інформаційні Інтернет – технології як фактор небезпечного впливу на соціально-психологічні процеси в суспільстві.</p> <p>Соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 2, 3, 4, 15; додаткові 3, 5,</i></p> | 4 | 2 |

| | | | |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| | 13 | | |
| 6 | <p>Тема. Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності.</p> <p>Вплив індивідуальних якостей людини на безпеку її діяльності. Аналіз сучасних досліджень: С. Геллерштейна, Г. Мюнстерберга, М. Грінвуда, Х. Вудса, К.Платонова, М. Котика, К. Марбе, В. Безродного, С. Сироти, В. Труща та інших. Спрямованість особистості. Самооцінка, вразливість, імпульсивність, емоційна лабільність.</p> <p>Психологічні механізми захисту: раціоналізація, витіснення, забування, проекція, регресія, заміщення, ідентифікація, ізоляція, реактивні утворення, сублімація. Структура захисного механізму та його компоненти: когнітивний, емоційний, поведінковий.</p> <p>Фактори психологічної стійкості суб'єкту діяльності: соціальні та особистісні; ознаки психологічної стійкості; індивідуальні особливості нестійкої поведінки, схильність до нещасних випадків та травматизму.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15 додаткові 2, 13; електронне 1</i></p> | 6 | 2 |
| 7 | <p>Тема. Прийоми психічної саморегуляції.</p> <p>Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості.</p> <p>Стратегії і методи психічної саморегуляції: соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки, позитивне мислення, запобігання небезпеки, вольові зусилля, регуляція емоційного реагування, захист ідентичності, самореалізація, копінг - стратегії, гумор. Аутотренінг.</p> <p>Психологічний клімат команди (колективу). Профілактика, заохочення, поради, референтне оточення. Організаційна досконалість, стійкість.</p> <p>Внутрішні передумови безпечної поведінки особистості: переконання, установки, стереотипи, індивідуальні стратегії досягнення стану безпеки.</p> <p><i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15; додаткові 2, 11; електронне 1</i></p> | 6 | 2 |
| 8 | <p>Тема. Діяльність та її безпека.</p> <p>Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності.</p> <p>Організація робочого простору; безпека інтерфейсної взаємодії; вплив стресу і пережитої загрози; прийняття рішення в умовах загрози та невизначеності; інформаційне перенавантаження та дефіцит часу як загроза небезпеки; діагностична роль професійних помилок у забезпеченні безпеки діяльності, деструктивна поведінка у професійній діяльності. Організація режиму праці та відпочинку.</p> <p>Аналіз функціональних станів суб'єкта діяльності як фактор безпечної трудової діяльності. Динаміка працездатності і стомлення. Праксичні стани. Монотонія, нервово-психічне напруження, стрес та тривожність як фактори травматизму. Методи дослідження праксичних станів.</p> <p>Створення психологічного настрою на безпеку; стимуляція та навчання безпечної діяльності; правила та інструкції як засіб попередження небезпеки; психологічний вплив сенсорно-перцептивної інформації на безпеку; роль усвідомлення небезпеки; аналіз нещасних випадків як спосіб боротьби з</p> | 8 | 2 |

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| небезпекою. <i>Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15; додаткові 2, 11, 13; електронне 1</i> | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

4.2. Плани практичних занять

Тема 1. Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання. Природні та соціальні загрози безпеки особистості

Поняття про об'єкт, предмет та завдання психології безпеки. Історія психології безпеки. Визначення поняття «психологічна безпека» і її основні категорії. Міждисциплінарні зв'язки дисципліни «Психологічної безпеки особистості». Методи дослідження психологічної безпеки особистості.

Класифікація джерел небезпеки. Психогенні фактори у трудовій діяльності; психологічні загрози; когнітивні мапи рівня безпеки; безпека праці та ергономіка; загрозливі (аварійні) ситуації, загрозливі стани; загрозлива поведінка. Поняття ризику. Поняття терору. Поняття булінгу.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 10, 11, 13

Тема 2. Економічна безпека особистості

Загрози економічної безпеки: безробіття, криміналізація економіки, погіршення природного середовища, зростання захворювань; форс-мажорні обставини задоволення потреб. Джерела та засоби негативних економічних впливів на безпеку особистості: об'єктивні, суб'єктивні, потенційні, реальні, уявні. Деструктивні наслідки впливу економічної небезпеки: звуження кола інтересів, відмова від активної економічної поведінки, невпевненість у майбутньому, роздратування та агресивність.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 3, 9, 13

Тема 3. Психологічна безпека освітнього середовища.

Поняття «освітнє середовище». Специфіка психологічної безпеки в освітньому середовищі. Класифікація загроз психологічній безпеці в освітньому середовищі. Освітній булінг.

Особливості маніпулятивної поведінки в процесі психолого-педагогічної взаємодії викладачів і студентів.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 3, 9, 13

Тема 4. Психологічна безпека особистості

як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності.

Вплив індивідуальних якостей людини на безпеку її діяльності. Аналіз сучасних досліджень: С. Геллерштейна, Г. Мюнстерберга, М. Грінвуда, Х. Вудса, К. Платонова, М. Котика, К. Марбе, В. Безродного, С. Сироти, В. Труща та інших. Спрямованість особистості. Самооцінка, вразливість, імпульсивність, емоційна лабільність.

Психологічні механізми захисту: раціоналізація, витіснення, забування, проекція, регресія, заміщення, ідентифікація, ізоляція, реактивні утворення, сублімація. Структура захисного механізму та його компоненти: когнітивний, емоційний, поведінковий.

Фактори психологічної стійкості суб'єкту діяльності: соціальні та особистісні; ознаки психологічної стійкості; індивідуальні особливості нестійкої поведінки, схильність до нещасних випадків та травматизму.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15 додаткові 2, 13; електронне 1

Тема 5. Прийоми психічної саморегуляції.

Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості.

Стратегії і методи психічної саморегуляції: соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки, позитивне мислення, запобігання небезпеки, вольові зусилля, регуляція емоційного реагування, захист ідентичності, самореалізація, копінг - стратегії, гумор. Аутотренінг.

Психологічний клімат команди (колективу). Профілактика, заохочення, поради, референтне оточення. Організаційна досконалість, стійкість.

Внутрішні передумови безпечної поведінки особистості: переконання, установки, стереотипи, індивідуальні стратегії досягнення стану безпеки.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15; додаткові 2, 11; електронне 1

Тема 6. Діяльність та її безпека.

Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності.

Організація робочого простору; безпека інтерфейсної взаємодії; вплив стресу і пережитої загрози; прийняття рішення в умовах загрози та невизначеності; інформаційне перенавантаження та дефіцит часу як загроза небезпеки; діагностична роль професійних помилок у забезпеченні безпеки діяльності, деструктивна поведінка у професійній діяльності. Організація режиму праці та відпочинку.

Аналіз функціональних станів суб'єкта діяльності як фактор безпечної трудової діяльності. Динаміка працездатності і стомлення. Праксичні стани. Монотонія, нервово-психічне напруження, стрес та тривожність як фактори травматизму. Методи дослідження праксичних станів.

Створення психологічного настрою на безпеку; стимуляція та навчання безпечної діяльності; правила та інструкції як засіб попередження небезпеки; психологічний вплив сенсорно-перцептивної інформації на безпеку; роль усвідомлення небезпеки; аналіз нещасних випадків як спосіб боротьби з небезпекою.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15; додаткові 2, 11, 13; електронне 1

Плани лабораторних занять

Тема 1. Інформаційно-психологічна безпека особистості.

Об'єкт і суб'єкт інформаційно-психологічної безпеки. Джерела, засоби інформаційного впливу на особистість. Фактори маніпуляції свідомістю: політичні, соціально-економічні, соціально-психологічні. Способи негативного впливу на особистість: Інтернет, реклама, дискурс, кіно, експресивна мова, соціальне оточення. Поняття «інформаційна війна»

Зміна образної картини світу: порушення ідентичності, неадекватність самооцінки, втрата самоконтролю, зміна рольової поведінки, викривлення структури цілей.

Інтернет-залежність як різновид адиктивної поведінки. Соціальні мережі і особистісна небезпека. Збереження ідентичності в соціальних мережах.

Рекомендовані інформаційні джерела: 10, 11, 13, електронне 3

Тема 2. Соціально-психологічна безпека особистості.

Феномен масових комунікацій. Способи формування соціальних настанов. Психологія натовпу, дескриптори поведінки у натовпі; безпечна взаємодія з іншими людьми. Розпізнавання обману та брехні. Розпізнавання булінгу. Класифікація масових психічних явищ, військові конфлікти, соціальна напруга, стихійні загрози, екологічні катастрофи. Форми реакції людини на екстремальні ситуації. Психологічні аспекти посттравматичних ситуацій.

Загальні відомості про психологію тероризму та сектантства. Інформаційні Інтернет – технології як фактор небезпечного впливу на соціально-психологічні процеси в суспільстві.

Соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки.

Рекомендовані інформаційні джерела: 2, 3, 4, 15; додаткові 3, 5, 13

Тема 3. Психологічна безпека особистості

як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності.

Вплив індивідуальних якостей людини на безпеку її діяльності. Аналіз сучасних досліджень: С. Геллерштейна, Г. Мюнстерберга, М. Грінвуда, Х. Вудса, К.Платонова, М. Котика, К. Марбе, В. Безродного, С. Сироти, В. Труща та інших. Спрямованість особистості. Самооцінка, вразливість, імпульсивність, емоційна лабільність.

Психологічні механізми захисту: раціоналізація, витіснення, забування, проекція, регресія, заміщення, ідентифікація, ізоляція, реактивні утворення, сублімація. Структура захисного механізму та його компоненти: когнітивний, емоційний, поведінковий.

Фактори психологічної стійкості суб'єкту діяльності: соціальні та особистісні; ознаки психологічної стійкості; індивідуальні особливості нестійкої поведінки, схильність до нещасних випадків та травматизму.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15 додаткові 2, 13; електронне 1

Тема 4. Прийоми психічної саморегуляції.

Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості.

Стратегії і методи психічної саморегуляції: соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки, позитивне мислення, запобігання небезпеки, вольові зусилля, регуляція емоційного реагування, захист ідентичності, самореалізація, копінг - стратегії, гумор. Аутотренінг.

Психологічний клімат команди (колективу). Профілактика, заохочення, поради, референтне оточення. Організаційна досконалість, стійкість.

Внутрішні передумови безпечної поведінки особистості: переконання, установки, стереотипи, індивідуальні стратегії досягнення стану безпеки.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15; додаткові 2, 11; електронне 1

Тема 5. Діяльність та її безпека.

Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності.

Організація робочого простору; безпека інтерфейсної взаємодії; вплив стресу і пережитої загрози; прийняття рішення в умовах загрози та невизначеності; інформаційне перенавантаження та дефіцит часу як загроза небезпеки; діагностична роль професійних помилок у забезпеченні безпеки діяльності, деструктивна поведінка у професійній діяльності. Організація режиму праці та відпочинку.

Аналіз функціональних станів суб'єкта діяльності як фактор безпечної трудової діяльності. Динаміка працездатності і стомлення. Праксичні стани. Монотонія, нервово-психічне напруження, стрес та тривожність як фактори травматизму. Методи дослідження праксичних станів.

Створення психологічного настрою на безпеку; стимуляція та навчання безпечної діяльності; правила та інструкції як засіб попередження небезпеки; психологічний вплив сенсорно-перцептивної інформації на безпеку; роль усвідомлення небезпеки; аналіз нещасних випадків як спосіб боротьби з небезпекою.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 2, 9, 13, 15; додаткові 2, 11, 13; електронне 1

4.3. Організація самостійної роботи студентів

З метою здійснення поточного контролю проводиться обговорення наступних проблемних питань:

- Діяльність психолога у роботі з кризовими станами.
- Особливості надання психологічної допомоги онлайн.
- Психологічний супровід фахівців екстремальних видів діяльності.
- Суїцидальна поведінка: діагностика, роль і місце психолога в її корекції.
- Гендерні та вікові особливості поведінки в екстремальних ситуаціях.
- Особливості аналізу психологічних маніпуляцій в масових інформаційних процесах.
- Чутки і провокації як техніка інформаційно-психологічного впливу.
- Психологічні основи методики виявлення маніпуляцій в безпосередньому спілкуванні.
- Вплив вікових особливостей особистості на її безпекову поведінку.

V. Форма підсумкового контролю успішності навчання – *екзамен*

5.1. **Форми і методи поточного контролю**

Доповіді, презентації студентів, виконання ІНДЗ, тестових завдань.

5.2. **Форми і методи підсумкового контролю – екзамен.**

Орієнтовні завдання до Модульного контролю (тестові завдання).

Модуль 1

1. Психологічна безпека – це:

А) стан психологічної захищеності та безпечності середовища

Б) стан психологічної захищеності особистості як її індивідуально-психологічна властивість, що полягає в здатності убезпечувати себе від загроз і небезпек

В) можливість особистості успішно долати зовнішні і внутрішні загрози

2. Процеси, явища, предмети, що роблять негативний вплив на життя і здоров'я людини, - це

А) небезпека

Б) загроза

В) ризик

3. Деструктивний чинник, який представляє можливу небезпеку для існування, функціонування і розвитку об'єкта, що захищається, - це

А) руйнація

Б) загроза

В) ризик

4. Характеристика ситуації, в якій дія або вчинок, що виконується в умовах вибору, коли існує вірогідність в разі невдачі виявитися в гіршому положенні, ніж до вибору, - це

А) небезпека

Б) загроза

В) ризик

5. Безпечне середовище – це таке, що

А) зберігає і розвиває психічне здоров'я та психологічне благополуччя його учасників

Б) задовольняє потреби його учасників повною мірою

В) створює умови для реалізації здібностей його учасників

6. До зовнішніх загроз психологічної безпеки відносяться:

А) об'єктивна складність навколишнього світу, яка ускладнює його пізнання

Б) інформатизація суспільства

В) значне зниження контролю за достовірністю інформації

Г) руйнування духовно-моральних основ життєдіяльності сучасного суспільства

7. До внутрішніх загроз відносяться:

А) підвищена сприйнятливості людини до психологічних впливів

Б) здатність особистості критично сприймати і оцінювати інформацію

В) руйнування духовно-моральних основ життєдіяльності сучасного суспільства

Г) зниження обсягу реального спілкування і заміщення його спілкуванням віртуальним, наслідком чого стає нездатність особи адекватно оцінювати людей, їх вчинки і наміри

Модуль 2

1. Критеріями психологічної безпеки учасників освітнього процесу в освітньому середовищі виступають:

А) захищеність від явного або латентного негативного психологічного впливу

Б) участь у соціальній взаємодії

В) задоволеність взаємодією

Г) захист від усіх форм дискримінації

2. Форс-мажорні обставини (стихійні лиха, страйки) та обставини, наближені до форс-мажорних (несприятливі законодавчі акти, ембарго, зміни валютного курсу) відносяться до:

А) внутрішніх економічних загроз

Б) зовнішніх економічних загроз

В) фінансових загроз

3. Як називається стан економічної свідомості суб'єкта, в якому він сприймає існуючу якість життя як адекватну і надійну, оскільки вона створює реальні можливості для задоволення його економічних потреб тепер і є підставою для впевненості в майбутньому,

А) економічна безпека суб'єкта

Б) економічна небезпека суб'єкта

В) фінансова безпека суб'єкта

4. Загроза економічній безпеці особистості – це
- А) сукупність умов і факторів, що створюють небезпеку для її життєво важливих інтересів
 - Б) сукупність умов, які знижують активну економічну поведінку особистості
 - В) сукупність умов та факторів, які ґрунтуються на рішеннях державних органів влади
5. Сучасними загрозами економічної безпеки особистості є:
- А) посилення соціальної та майнової диференціації населення
 - Б) звуження кола інтересів суб'єкта та його відмова від активної економічної поведінки
 - В) низький рівень зайнятості та безробіття серед економічно активного населення
 - Г) розвиток соціокультурних інститутів держави – науки, освіти, культури
6. Стан захищеності психіки особи від негативного впливу, який здійснюється шляхом упровадження деструктивної інформації у її свідомість і (або) у підсвідомість, що приводить до неадекватного сприйняття нею дійсності, називається
- А) інформаційно-психологічною безпекою особистості
 - Б) інформаційною безпекою особистості
 - В) психічною безпекою особистості
7. Психологічна маніпуляція – це
- А) різновид впливу, який використовується для прихованого впровадження в психіку жертви цілей, бажань, намірів, відносин або установок іншої людини або групи
 - Б) приховане управління людьми та їх поведінкою
 - В) психологічна підтримка, допомога
 - Г) уявна психологічна загроза безпеці особистості і/або групи
8. Які властивості характеризують ступінь корисності інформації для споживача і проявляються в процесі використання інформації?
- А) прагматичні властивості
 - Б) динамічні властивості
 - В) атрибутивні властивості –

5.3. Критерії оцінювання знань студентів

| Вимоги до знань та умінь студентів | Максимальна кількість балів, оцінка за шкалою ECTS |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Повно й ґрунтовно володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом, в логічній послідовності передає знання з відповідним аналізом й узагальненням вивченого. Простежувався зв'язок теоретичного матеріалу з практикою. | А: 90 – 100 б. |
| Свідомо володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом, в логічній послідовності передає знання з відповідним аналізом й узагальненням вивченого. | В: 80 – 89 б. |
| Свідомо володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом. Проте відсутня логічна послідовність у викладі матеріалу, відсутні певні висновки щодо викладеної інформації. | С: 70 – 79 б. |
| Знання модулів передаються зазубреними з підручників (з конспекту) фразами. Відсутня логічна послідовність у викладі навчального матеріалу, відсутні певні висновки щодо викладеної інформації. | Д: 65 – 69 б. |
| Знання модуля передаються тільки за допомогою певних питань з боку викладача. | Е: 60 – 69 б. |

Розрахунок максимальної кількості балів, що присвоюються студентам

| № з/п | Вид роботи | Форми звітності | Кількість балів |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------|
| 1. | Підготовка до обговорення кожної теми (10). Підготовка переліку діагностичних методик для визначення безпекового потенціалу особистості | Доповідь (повідомлення, презентація) | 4x10=40 |
| 2. | Модульний контроль | 2 | До 10 балів x2=20 |
| 3. | Екзамен | | 40 |
| | Всього за дисципліну | | 100 |

VI. Основні та допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу

Основна

1. Арабаджієв Д. Ю., Сергієнко Т. І. Політична маніпуляція та інформаційно-психологічна безпека в політичних відносинах. 2020.
2. Голубев В.О. Інформаційна безпека: проблеми боротьби з кіберзлочинами: Монографія. Запоріжжя ГУ “ЗІДМУ”, 2003. 250 с
3. Джудіт Герман. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань і сім’ї до політичного терору. Львів, 2021. 424 с.
4. Життєвий світ і психологічна безпека людини в умовах суспільних змін. Реферативний опис роботи / М.М. Слюсаревський, Л.А. Найдюнова, Т.М.Титаренко, В.О. Татенко, П.П. Горностай, О.М. Кочубейник, Б.П.Лазоренко. Київ : Талком, 2020. 318 с.
5. Інформаційна безпека особистості, суспільства, держави : підруч. для студ. військ. спец. вищ. навч. закл. / Я. М. Жарков [та ін.]; Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. К. : ВПЦ “Київський університет”, 2008. 254 с.
6. Лещинська О.А. Інформаційно-психологічна безпека: концепція соціокультурного імунітету: монографія. Івано-Франківськ: ПП Кузів Б.П., 2013. 144 с.
7. Практична психосоматика: діагностичні шкали: навчальний посібник / За заг. ред. О.О. Чабана, О.О. Хаустової. Київ: ВНТУ, 2018. 108 с.
8. Приходько І. І. Розвиток і відновлення психологічної безпеки особистості у фахівців екстремальних видів діяльності: посібник. Х. : НАНГУ, 2017. 102 с.
9. Савелюк Н. Психологічна безпека особистості: етнокультурні та гендерні аспекти. 2020.
10. Свааб Д. Ми – це наш мозок. Харків: Глобус, 2017. 496 с.
11. Сміт Д. Чому мені раніше цього не казали? Стратегія спокійного життя в буремні часи. К.: КСД, 2022. 256 с.
12. Станчишин В. Стіни в моїй голові. Жити з тривожністю і депресією. Київ: Віхола, 2020. 192 с.
13. Тушина О. Психологічна безпека в загальноосвітньому навчальному закладі: практичний посібник. Запоріжжя: ЗОІППО, 2013.
14. Чалдині Р. Психологія впливу. К.: КСД, 2022. 698 с.
15. Чалдині Р. Психологія впливу-2. Наука & практика. Пер. з англ. Н. Коваль. Харків, 2021. 400с.

Додаткові:

1. Алексеєнко Т. Ф. Явища мобінгу та булінгу в стосунках групи і особистості. *Шлях освіти : наук.-метод. журн.* 2012. № 2. С. 12-16.
2. Арабаджієв Д. Ю., Сергієнко Т. І. Політична маніпуляція та інформаційно-психологічна безпека в політичних відносинах. 2020.
3. Блинова О. Є. Психологічна безпека: аналіз наукових уявлень та досвід емпіричного дослідження. Психологічні основи розвитку особистості: монографія. Запоріжжя: Просвіта, 2018. С. 239-254.
4. Воляннюк Н.Ю., Ложкін Г.В. Безпека і надійність суб’єкта праці. *Психологія праці.* Хмельницький: ХНУ, 2013. С. 87-116.
5. Гірник А., Бобро А. Конфлікти: структура, ескаляція, залагодження; Укр. акад. держ. упр. при Президентові України, Центр дослідж. адмін. реформи. К.: Вид-во Соломії Павличко "Основи", 2003. 172 с.

6. Ліщинська О. А. Профілактика психологічного насильства у сім'ї та освітньому середовищі: метод. рекомендації; НАПН України, Інститут соціальної та політичної психології. К. : Міленіум, 2010. 68 с

7. Панченко Т. Л. Психологічна безпека інклюзивного освітнього середовища. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2014. № 28. С. 327-332.

8. Почепцов, Г. Г. Вступ до інформаційних війн: навч. посіб. К.: Центр вільної преси, 2000. 109 с.

9. Приходько Ю. О. Проблема особистої психологічної безпеки людини в екстремальних умовах. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2009. Вип.6. С. 123-130.

10. Рашковська І.В. Здоровий психологічний клімат у школі. *Психолог* 2018. №13 – 14 (637 – 638). С. 26 – 32.

11. Рашковська І.В. Теорія та практика роботи з синдромом емоційного вигорання у вчительській професії. Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (м. Львів, 29-30 січня 2016 року): Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота». С. 22-24.

12. Уханова Н. С. Інформаційно-психологічна безпека особистості суспільства та держави. *Правова інформатика*. 2013. № 3(39). С. 91-95.

13. Чуйко Г., Чапак Я., Комісарик М. Психологічна безпека особистості в нестабільному світі. *Psychological journal*. 2021. № 7(1). С. 65-81.

Електронні джерела

1. Діагностика психологічної безпеки особистості фахівця екстремального виду діяльності: посібник / І. І. Приходько. Х. : НАНГУ, 2017. 76 с. Режим доступу: https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/posibnyk_metodyka_PBO_2017.pdf

2. Катаєв Є. С. Інформаційно-психологічна безпека особистості в умовах сучасного суспільства. Режим доступу: http://umo.edu.ua/images/content/aspirantura/zabezp_discipl/Інф-психол.безпека.pdf

3. Литвинчук А. Психологічна безпека особистості як актуальна проблема сучасної психології. Режим доступу: http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/9_2021/22.pdf

4. Почепцов Г. Г. Сміслові та інформаційні війни. *Інформаційне суспільство*. 2013. Вип. 18. С. 21-27. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/is_2013_18_6.

5. Приходько І. І. Розвиток і відновлення психологічної безпеки особистості у фахівців екстремальних видів діяльності: посібник. Х. : НАНГУ, 2017. 102 с. Режим доступу: https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/posibnyk_Formuvannia_vidnovlennia_PBO.pdf

6. Шинкар М.І. Психологічна безпека особистості студента. Режим доступу: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1_2021/15.pdf

VII. Доповнення та зміни, внесені до робочої програми в 2023/2024 н.р.¹

У 2023-2024 навчальному році ПП07 Психологічна безпека особистості викладається в умовах індивідуальної роботи, яка складає 18 аудиторних годин, з яких у формі лекційних занять 6 годин і практичних (лабораторних) занять (12 год).

| № з/п | Назви модулів і тем | Кількість годин (денна форма навчання) | | | | |
|-------|---------------------|-------------------------------------------|--------|-------------|-----------|-----|
| | | Аудиторні | Лекції | Семінарські | Практичні | СРС |
| | | | | | | |

¹ Доповнення та зміни до робочої програми додаються на окремому аркуші, затверджуються на засіданні кафедри на початку навчального року.

| | | | | | | |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|----------|----------|------------|
| 1. | Тема 1. Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання. Природні та соціальні загрози безпеки особистості. | 1 | 1 | | | 14 |
| 2. | Тема 2. Інформаційно-психологічна, економічна, психологічна, соціально-психологічна безпека особистості | 3 | 2 | 1 | | 26 |
| | Разом за модуль 1 | 4 | 3 | 1 | | 40 |
| 3. | Тема 3. Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності. | 3 | 1 | 2 | 2 | 42 |
| 4. | Тема 4. Прийоми психічної саморегуляції. Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості. | 2 | 1 | 2 | 2 | 40 |
| 5. | Тема 5. Діяльність та її безпека. Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності. | 3 | 1 | 1 | 2 | 40 |
| | Разом за модуль 2 | 14 | 3 | 5 | 6 | 122 |
| Разом: | | 18 | 6 | 6 | 6 | 162 |

Плани індивідуальних занять

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1. | Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання. Природні та соціальні загрози безпеки особистості. | 2 |
| 2. | Інформаційно-психологічна, економічна, психологічна, соціально-психологічна безпека особистості | 4 |
| 3. | Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності. | 4 |
| 4. | Прийоми психічної саморегуляції. Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості. | 4 |
| 5. | Діяльність та її безпека. Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності. | 4 |
| Разом: | | 18 |

Розрахунок кількості балів

| № з/п | Вид роботи | Форми звітності | Кількість балів |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------|
| 1. | Підготовка до обговорення кожної теми (10). Підготовка переліку діагностичних методик для визначення безпекового потенціалу особистості | Доповідь (повідомлення, презентація). Перелік методик | 4x10=40 |
| 2. | Модульний контроль | 2 | До 10 балів x2=20 |
| 3. | Екзамен | | 40 |
| Всього за дисципліну | | | 100 |

V. Навчально-методична карта дисципліни Психологічна безпека особистості

Всього - 180 год., індивідуальна робота – 18 годин, самостійна робота – 162 година, 1й семестр - екзамен.

Всі пари проводяться в аудиторії. За умови введення «червоної» зони карантину та небезпеки ракетного обстрілу заняття проводяться у Google meet.

| | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Тиждень | | | | | | | | | | | | | |
| Модулі | Модуль | | | | | | | | | | | | |
| Заняття | 1 | 2, 3 | 4, 5 | 5, 6 | 7, 8 | | | | | | | | |
| Дати | 15.11. | 22.11. 22.11 | 29.11. 29.11 | 06.12 06.12 | 13.12 13.12 | | | | | | | | |
| Теоретичні розділи | | | | | | | | | | | | | |
| Теми занять теоретико-практичного змісту | Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання. Природні та соціальні загрози безпеки особистості | Інформаційно-психологічна, економічна, психологічна, соціально-психологічна безпека особистості | Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності | Прийоми психічної саморегуляції. Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості. | Діяльність та її безпека. Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності. | | | | | | | | |
| Теми практичних занять | | | | | | | | | | | | | |
| Самостійна робота | Підготовка до обговорення кожної теми (10). Підготовка переліку діагностичних методик для визначення безпекового потенціалу особистості | | | | | | | | | | | | |
| Види контролю | Поточний контроль виконання завдань самостійної роботи. | | | | | | | | | | | | |
| ЕКЗАМЕН Екзамен згідно розкладу | | | | | | | | | | | | | |