**Силабус курсу “Психічне здоров’я персоналу організації”**

**2020-2021 навчального року**

|  |  |
| --- | --- |
| **Назва курсу** | Психічне здоров’я персоналу організації |
| **Адреса викладання курсу** | вул. Коперника, 3, м. Львів |
| **Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна** | кафедра психології філософського факультету |
| **Галузь знань, шифр та назва спеціальності** | 28 – Публічне управління та адміністрування  281 – Публічне управління та адміністрування |
| **Викладачі курсу** | Чолій Софія Мирославівна, доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук |
| **Контактна інформація викладачів** | ел. пошта [sofiya.choliy@lnu.edu.ua](mailto:sofiya.choliy@lnu.edu.ua) |
| **Консультації по курсу відбуваються** | В день проведення лекційних/практичних занять та згідно з розкладом консультацій на 1 семестр 2020/2021 навчального року у дистанційному форматі. |
| **Інформація про курс** | Дисципліна «Психічне здоров’я персоналу організації» є дисципліною зі спеціальності 281 – Публічне управління та адміністрування, галузі знань 28 «Публічне адміністрування та управління бізнесом», Освітньо-професійної програми «Управління персоналом в органах публічної влади та бізнес-структурах», яка викладається в 3 семестрі магістратури в обсязі 3 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS). |
| **Коротка анотація курсу** | Курс «Психічне здоров’я персоналу організації» має теоретико-прикладний характер, покликаний сформувати у студентів знання про основні показники психічного здоров’я працівників, розуміння індивідуальних та організаційних факторів, що на нього впливають; виробити вміння та навички діагностики поширених психічних розладів, а також оцінки психічного стану працівника, соціально-психологічних компонентів організаційного середовища з метою запобігання виникненню психологічних труднощів на робочому місці, зниженні рівня робочого стресу, підвищення рівня суб’єктивного благополуччя та задоволеності роботою працівників. |
| **Мета та цілі курсу** | ***Мета*** *курсу* - ознайомити студентів із показниками психічного здоров’я працівників, що забезпечують ефективну та продуктивну працю, можливими психологічними труднощами на робочому місці, а також психологічними характеристиками організаційного середовища.  Отримані під час вивчення курсу знання, практичні вміння та навички сприятимуть психологічній підготовці майбутнього фахівця до роботи з персоналом організації. |
| Література для вивчення дисципліни | 1. Абсалямова Л. М. Образ тіла як психологічний чинник порушень харчової поведінки / Л. М. Абсалямова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. - 2017. - Вип. 56. - С. 9-18. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu\_psykhol\_2017\_56\_3. 2. Абсалямова Л. М. Розлади та порушення харчової поведінки особистості / Л. М. Абсалямова // Проблеми сучасної психології. - 2014. - Вип. 25. - С. 19-33. - Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_25_4>. 3. Аймедов К. В. Сучасна діагностична концепція посттравматичного стресового розладу / К. В. Аймедов, А. Е. Волощук, Ю. О. Асєєва, О. А. Толмачов // Архів психіатрії. - 2016. - Т. 22, № 2. - С. 128-129. - Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/apsuh_2016_22_2_43>. 4. Асєєва Ю. Комп’ютерна залежність, інтернет залежність та кібер-адикції (історичний огляд дефініції) // Психологічний журнал. – Вип 6., 2020 - https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/995/615 5. Бек А.,  [Раш А.](https://bookap.info/author/432" \o "Раш А.), [Шо Б.](https://bookap.info/author/433" \o "Шо Брайан), [Эмери Г.](https://bookap.info/author/434" \o "Эмери Гэри) Когнитивная терапия депрессии. https://bookap.info/genpsy/kogterdep/ 6. Бурка Дж., Юен Л. Прокрастинація. Чому ви вдаєтеся до неї і що можна зробити із цим вже сьогодні. – Львів: Видавництво Старого Лева, 2019. – 400 с. 7. Гапонов К. Д. Алкогольна залежність в умовах соціального стресу: епідеміологічні, клінічні і лікувальні аспекти / К. Д. Гапонов // Український вісник психоневрології. - 2016. - Т. 24, вип. 4. - С. 54-60. - Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp_2016_24_4_13>. 8. Гапонов К. Д. Алкогольна залежність і соціальний стрес: біохімічні, нейрофізіологічні і психосоціальні механізми взаємовпливу (огляд літератури) [Електронний ресурс] / К. Д. Гапонов // [Український вісник психоневрології](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж68703" \o "Періодичне видання). - 2018. - Т. 26, вип. 1. - С. 104-109. - Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp_2018_26_1_24> 9. Геберт Д., Розенштиль Л. фон. Организационная психология. Человек и организация. – Харьков: Издательство «Гуманитарный Центр», 2006. – 624 с. (Глава 3, 4). 10. Горбунова В. Сприяння соціального оточення відновленню та зростанню особистості при посттравматичних станах та розладах / Вікторія Горбунова // "Наука і освіта". – № 5. – 2016. – С. 40-45. 11. Гоцуляк Н. Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання / Н. Є. Гоцуляк // Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Сер. : Педагогічні та психологічні науки. - 2015. - № 1. - С. 378-390. - Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpnapv_ppn_2015_1_31>. 12. Джуэлл Л. Индустриально-организационная психология. СПб., 2001. – С. 559-581. 13. Джуэлл Л. Индустриально-организационная психология. Учебник для вузов. СПб., 2001. (Глава 9-11). 14. Дослідження з етіології, профілактики та лікування хімічних залежностей: конспекти основних статей. Частина 1. посібник / Кол. авт.; За заг. ред. доцента О.О. Сердюка та В.В. Бурлаки. — Харків : Діса плюс, 2015. — 478 с. 15. Жуковіна О.В., Грецька Г.А. Профілактика та подолання стресів на робочому місці – 2020. https://dspace.nuph.edu.ua/bitstream/123456789/23324/1/Страницы%20из%20СОЦІАЛЬНА%20ФАРМАЦІЯ\_362-365.pdf 16. Занковский А.Н. Организационная психология. М.: Флинта, 2000. – С. 381-410. 17. Зачем мы спим. Новая наука о сне и сновидениях / Мэттью Уолкер ; [пер. с англ. В.М. Феоклистовой]. — М. : Азбука-Аттикус, КоЛибри. 2018.- 202 с. 18. Здоровье работников: вопросы абсентеизма и презентеизма (обзор литературы)/ А.В. Мельцер, В.П. Чащин, Б. Лахгайн, Н.В. Ерастова, А.С. Копылкова // Профилактическая и клиническая медицина. – 2018. – №2 (67). – С.5-12 19. Караваєва В. А. Основні теоретичні підходи до вивчення проблеми трудоголізму в психології / В. А. Караваєва // Проблеми сучасної психології. - 2013. - № 2. - С. 69-75 . - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\_2013\_2\_15. 20. Карамушка Л. М., Бондарчук О. І., Грубі Т. В. Діагностика перфекціонізму та трудоголізму особистості: психологічний практикум / Л.М.Карамушка, О.І.Бондарчук, Т. В. Грубі. – Кам’янець-Подільський : Медобори-2006, 2018. – 64 с. 21. Кирхлер Э., Майер-Пести К., Хофманн Е. Психологические теории организации. – Харьков: Издательство «Гуманитарный Центр», 2005. – 312 с. 22. Кучманич І. М. Психологічний механізм виникнення та перебігу психологічної травми в особистості / І. М. Кучманич, Р. А. Мороз // Проблеми сучасної психології. - 2017. - Вип. 36. - С. 146-159. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\_2017\_36\_14. 23. Мескон М., Альберт М., Хедоури Ф. Основы менеджмента. – Москва: Издательство "Дело", 1997. - 704 с. 24. Мірошниченко О.А.Профілактика синдрому «професійного вигорання» у працюючих в екстремальних умовах: Навчально-методичний посібник. / Олена Анатоліївна Мірошниченко. – Житомир : Вид- во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. – 156 с.  МКХ-10. (F00-F99) Клас V. Розлади психіки і поведінки. (F30-F39) Розлади настрою (афективні розлади).  1. МКХ-10. (F00-F99) Клас V. Розлади психіки і поведінки. (F40-F48) Невротичні, пов'язані зі стресом та соматоформні розлади. https://uk.wikipedia.org/wiki/МКХ10:\_Клас\_V.\_Розлади\_психіки\_та\_поведінки#(F40-F48)\_Невротичні,\_пов'язані\_зі\_стресом\_та\_соматоформні\_розлади 2. Моспан А.Н., Осин Е.Н и кол. Баланс работы и личной жизни у сотрудников российского производственного предприятия // Организационная психология. – 2016. - Т6., №2. – С.8-29 3. Мудрик А. Б. Трудоголізм як професійна адикція особистості / А. Б. Мудрик // Психологічні перспективи. - 2017. - Вип. 29. - С. 175-185. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst\_2017\_29\_17. 4. Нечипорук М. Л., Денисюк С. Г. Кібернитичні розлади: причини і шляхи подолання. <http://ir.lib.vntu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/29980/Нечипорук.pdf?sequence=1&isAllowed=y> 5. Олійник Н.Ю. До питання поліпшення соціально-психологічного клімату в організації // «Young Scientist» - No 4 (44) - April, 2017. – С. 725-728 6. Організаційна поведінка / [Дон Гелрігел, Джон В. Слокум-молодший, Ричард В. Вудмен, Н. Сью Бренінг]; пер. з англ. І. Тарасюк, М. Зарицька, Н. Гайдукевич. – К.: «Основи», 2001. – 726 с. 7. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект / Н. В. Каргіна // Наука і освіта. - 2015. - № 3. - С. 48-55. 8. Позитивна ціннісна пропозиція роботодавця (EVP) в програмах балансу "робота-життя" для персоналу організацій / М. Г. Ткалич, О. Ю. Якупова // [Проблеми сучасної психології](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж74309" \o "Періодичне видання). - 2019. - № 1. - С. 136-141. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\_2019\_1\_22](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=pspz_2019_1_22) 9. Почебут Л.Г., Чикер В.А. Организационная социальная психология: Учебное пособие. СПб.: Речь, 2000. – (Глава ІІІ). 10. Професійні стреси: причини та методи запобігання / Н. М. Самолюк // [Соціально-трудові відносини: теорія та практика](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж74058). - 2016. - № 1. - С. 165-175. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/stvttp\_2016\_1\_20](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=stvttp_2016_1_20) 11. Психічне здоров’я на перехідному етапі: результати оцінювання та рекомендації для інтеграції охорони психічного здоров’я в систему первинної медичної допомоги та громадські платформи в Україні. - http://documents1.worldbank.org/curated/en/747231517553325438/pdf/120767-Ukrainian-PUBLIC-mental-health-UA.pdf 12. Психічне здоров’я населення України: стан, проблеми та шляхи вирішення / В. В. Шафранський, С. В. Дудник // [Україна. Здоров'я нації](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж25956" \o "Періодичне видання). - 2016. - № 3. - С. 12-18. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uzn\_2016\_3\_4](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Uzn_2016_3_4) 13. Психологічне обґрунтування синдрому професійного вигорання / В. А. Урбанович, В. Є. Штифурак // [Молодий вчений](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж101120" \o "Періодичне видання). - 2018. - № 5(1). - С. 27-30. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv\_2018\_5%281%29\_\_9](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=molv_2018_5%281%29__9) 14. Пфайфер С. Депресія : Хвороба сучасності / Д-р Самюель Пфайфер ; пер. О. Кушніков. – Львів : Свічадо, 2017. – 88 с. 15. Скляренко О.М. Теоретичні аспекти тривожних розладів // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. Випуск 4(49). – 2016. – С. 69-75 16. Соціально-психологічний клімат колективу / В. В. Вертель, А. О. Комашня, І. В. Федорчук // [Вісник економіки транспорту і промисловості](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж72579" \o "Періодичне видання). - 2012. - Вип. 40. - С. 292-295. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vetp\_2012\_40\_73](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Vetp_2012_40_73) 17. Спивак В.А. Корпоративная культура. – СПб. Питер, 2001. 18. Стан психічного здоров'я населення та перспективи розвитку психіатричної допомоги в Україні / М. К. Хобзей, П. В. Волошин, Н. О. Марута, О. М. Зінченко, О. О. Петриченко, Л. І. Дьяченко // [Український вісник психоневрології](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж68703" \o "Періодичне видання). - 2012. - Т. 20, вип. 3. - С. 13-18. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp\_2012\_20\_3\_3](http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Uvp_2012_20_3_3) 19. Суб’єктивне благополуччя і його індивідуально-психологічні та особистісні кореляти / І. Ф. Аршава, Д. В. Носенко // [Вісник Дніпропетровського університету. Сер. : Педагогіка і психологія](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж68774:Пед.Псих." \o "Періодичне видання). - 2012. - Т. 20, вип. 18. - С. 3-9. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdupp\_2012\_20\_18\_3](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=vdupp_2012_20_18_3) 20. Теоретичний аналіз сучасних поглядів на поняття "емоційне вигорання" / М. Г. Лаврова // [Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж69659:Пс." \o "Періодичне видання). - 2014. - Т. 19, Вип. 2. - С. 194-202. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vonu\_psi\_2014\_19\_2\_23](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Vonu_psi_2014_19_2_23) 21. Ткалич М.Г. Розробка та апробація опитувальника з визначення балансу «робота – життя» персоналу організацій // Проблеми сучасної психології. – 2014. – Вип.25 – С.506-517 22. Фактори становлення психологічного благополуччя особистості / Л. М. Яворовська, Г. С. Філоненко // [Наука і освіта](file:////cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3fZ21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=Ж16225" \o "Періодичне видання). - 2014. - № 12. - С. 216-220. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO\_2014\_12\_44](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=NiO_2014_12_44) 23. Шебанова В. І. Харчова поведінка людини, їжа, тілесність як феномени повсякденної реальності (частина 1) / В. І. Шебанова // Проблеми сучасної психології. - 2014. - Вип. 23. - С. 720-731. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\_2014\_23\_65. 24. Шебанова В. І. Харчова поведінка людини, їжа, тілесність як феномени повсякденної реальності (частина 2) / В. І. Шебанова // Проблеми сучасної психології. - 2014. - Вип. 24. - С. 717-730. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\_2014\_24\_61. 25. Шейн Э. Организационная культура и лидерство. СПб.: Питер, 2002. – 336 с 26. Шульц Д., Шульц С. Психология и работа. – 8-е изд. – СПб.: Питер, 2003. — (Глава 10, 12). 27. Clark S.C. Work-family border theory: a new theory of work-family balance // Human Relations, 2000 – Vol.53 (6) – P.747-770 28. Gardner J., Oswald A. Money and mental wellbeing: a longitudinal study of medium-sized lottery wins// Discussion Paper No. 2233, July 2006 - http://hdl.handle.net/10419/33935 29. Gregory A., Milner S. Editorial: Work-life balance: A matter of choice? // Gender, Work and Organization, 2009. – Vol.16, #1. – P. 1-13 30. Healthy workplaces: a model for action: for employers, workers, policymakers and practitioners// WHO Library Cataloguing-in-Publication Data. - <https://www.who.int/occupational_health/publications/healthy_workplaces_model_action.pdf?ua=1> 31. Helene Andrea, Ute Bu ̈ltmann, Ludovic G. P. M. van Amelsvoort, Ymert Kant. The incidence of anxiety and depression among employees—the role of psychosocial work characteristics // Depression and Anxiety. Vol. 26. – 2009. - P. 1040–1048 32. Jaclyn M. Jensen, Pankaj C. Patel and Jake G. Messersmith High -Performance Work Systems and Job Control: Consequences for Anxiety, Role Overload, and Turnover Intentions Journal of Management 2013 39: 1699-1724 <http://jom.sagepub.com/content/39/6/1699> 33. Lockwood N. Work-life balance. Challenges and solutions // Society for human resource management Quarterly, 2003 – <https://www.academia.edu/6531004/>Work\_Life\_Balance\_Challenges\_and\_Solutions 34. Maslach, C.; Schaufeli, W. B.; Leiter, M. P. (2001). S. T. Fiske; D. L. Schacter; C. Zahn-Waxler (eds.). "Job burnout". Annual Review of Psychology. 52: 397–422. 35. Mental health in the workplace // WHO information sheet. - https://www.who.int/mental\_health/in\_the\_workplace/en/ 36. Mental health in the workplace in Europe // EU Compass for Action on Mental health and Well-being. - https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/mental\_health/docs/compass\_2017workplace\_en.pdf 37. Mental health policies and programmes in the workplace. – Geneva, World Health Organization, 2005 (Mental Health Policy and Service Guidance Package). 38. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // Journal of Personality and Social Psychology, 1989, Vol.57, #6, P.1069-1081 39. Schonfeld, I.S.; Bianchi, R. (2016). ["Burnout and depression: Two entities or one"](https://academicworks.cuny.edu/gc_pubs/257). Journal of Clinical Psychology. 72 (1): 22–37. [doi](https://en.wikipedia.org/wiki/Doi_(identifier)" \o "Doi (identifier)):[10.1002/jclp.22229](https://doi.org/10.1002%2Fjclp.22229). [PMID](https://en.wikipedia.org/wiki/PMID_(identifier)" \o "PMID (identifier)) [26451877](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26451877) 40. Seven actions towards a mentally healthy organisation: A seven-step guide to workplace mental health; World Economic Forum’s Global Agenda Council on Mental Health 2014-2016; 2016. Available at: https://www.mqmentalhealth.org/articles/global-agenda-council-mental-health-seven-actions 41. Weiss A., Bates TC. & Luciano M. Happiness is a personal(ity) thing: The genetics of personality and well-being in a representative sample', Psychological Science, 2008, vol. 19, no. 3, pp. 205-210. |
| **Тривалість курсу** | 90 год. 3 кредити |
| **Обсяг курсу** | **48** годин аудиторних занять. З них: 32 годин лекційних та 16 годин практичних занять.  42 годин самостійної роботи |
| **Очікувані результати навчання** | Після прослуханого курсу «Психічне здоров’я персоналу організації» студенти повинні  **знати:**   * показники психічного здоров’я людини; * концепції суб’єктивного та психологічного благополуччя; * особливості балансу сфер робота-особисте життя та впливу дисбалансу на продуктивність працівника; * психологічні характеристики організації (корпоративна культура, психологічний клімат, дизайн роботи та робочого середовища) та їх вплив на психічне здоров’я працівників (робочий стрес, емоційне та професійне вигорання, зниження психологічного благополуччя); * психологічні чинники продуктивності праці працівників; * типи неефективної поведінки на робочому місці та шляхи її подолання; * характеристику поширених психічних розладів та методи їх діагностики; * доступні методи фахової психологічної допомоги.   **вміти:**   * розробляти комплексну програму турботу про психічне здоров’я працівників організації; * оцінювати соціально-психологічні характеристики організаційного середовища з метою подолання факторів ризику для психічного здоров’я працівників; * діагностувати поширені психічні розлади та психологічні труднощі, які впливають на продуктивність праці працівників та якість їхнього життя; * застосовувати знання з курсу в процесі аналізу актуальної життєвої ситуації працівників, зокрема їх психологічного стану; * навчати працівників ефективних способів турботи про власне психічне здоров’я; * формувати сприятливий психологічний клімат в організації, корпоративну культуру, центровану на турботі про працівників. |
| **Ключові слова** | Психічне здоров’я, психологічне благополуччя, організаційне середовище, дизайн роботи, корпоративна культура, психологічний клімат, емоційне вигорання, психічні розлади |
| **Формат курсу** | Очний /заочний |
|  |  |
| **Теми** | **ДОДАТОК (схема курсу)** |
| **Підсумковий контроль, форма** | іспит в кінці семестру |
| **Пререквізити** | Курс «Психічне здоров’я персоналу організації» базується на знаннях студентів з курсів «Загальна психологія», «Соціальна психологія», «Психологія управління», «Психологія праці», «Менеджмент організації» достатніх для сприйняття категоріального апарату та вироблення фахових умінь та навичок. |
| **Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу** | Лекція, презентація, бесіда, дискусії, робота в малих групах, ділові ігри, мозковий штурм, колаборативне навчання |
| **Необхідне обладнання** | Мультимедійний проектор, комп’ютер, дошка. |
| **Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)** | Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співідношенням:  • семінарські заняття: 50% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 50:   * Навчально-дослідне завдання: “Розробка програми турботи про психічне здоров’я працівників організації” – 15 балів * Дослідження показників психічного здоров’я працівників організації – 15 балів * Модульна контрольна робота – 15 балів * Активність на заняттях, конспектування додаткової літератури – 10 балів   • екзамен: 50% семестрової оцінки. Максимальна кількість балів 50. Іспит проводиться у формі тестів.  Підсумкова максимальна кількість балів 100.  **Академічна доброчесність при виконанні письмових робіт**: Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахуванння викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.  **Відвідання занять** є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають усі практичні зайняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов’язані дотримуватися усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом.  **Література.** Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.  П**олітика виставлення балів.** Враховуються бали набрані на поточному тестуванні, самостійній роботі та бали підсумкового тестування. При цьому обов’язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час практичного заняття; недопустимість пропусків та запізнень на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов’язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін.  Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. |
| **Питання до іспиту.** | * 1. Поняття про психічне здоров’я працівників.   2. Вплив роботи та безробіття на психічне здоров’я людини.   3. Показники психічного здоров’я людини за ВООЗ.   4. Концепція ідеального психічного здоров’я М. Ягоди.   5. Поняття про психічне захворювання, типологія психічних захворювань.   6. Співвідношення понять «психічне здоров’я» та «психічне захворювання»   7. Фактори ризику для психічного здоров’я працівників, пов’язані з роботою.   8. Поняття про здорове робоче середовище.   9. Ментальне, психологічне, суб’єктивне благополуччя: характеристика понять та зв’язків між ними.   10. Показники психологічного благополуччя людини.   11. Модель психологічного благополуччя К.Риф.   12. Концепція суб’єктивного благополуччя Е. Дінера.   13. Фактори та об’єктивні чинники суб’єктивного благополуччя.   14. Діагностика показників психологічного та суб’єктивного благополуччя працівника.   15. Баланс життєвих сфер робота-особиста життя, його актуальність на сучасному етапі розвитку суспільства.   16. Фактори, що впливають на баланс життєвих сфер.   17. Негативні наслідки порушення балансу в сферах робота-особисте життя.   18. Баланс життєвих сфер робота-особиста життя та рольова ідентичність.   19. Теорія кордону між сферами робота-сім’я Е. Кларк.   20. Організаційні практики балансування життєвих сфер працівників.   21. Позитивні та негативні наслідки впровадження практик балансування життєвих сфер працівників.   22. Модель здорового робочого середовища ВООЗ.   23. Складові здорового робочого середовища організації та їх характеристика.   24. Структура програми підтримки психічного здоров’я працівників.   25. Модель турботи про психічне здоров’я в організації Інституту Хантера (Австралія).   26. Впровадження програми турботи про психічне здоров’я працівників.   27. Загальна характеристика організації: ресурси, розподіл праці, залежність від зовнішнього середовища.   28. Життєвий цикл організації.   29. Структура організації. Психологічна характеристика групи як структурного елементу організації.   30. Міжгрупові проблеми в організації.   31. Організаційне середовище та його вплив на психічне здоров’я працівників.   32. Психологічний клімат: розуміння поняття у західній та пострадянській традиції.   33. Концепт організаційного клімату у моделі детермінантів мотивованої поведінки в організаціях.   34. Соціально-психологічний клімат та підходи до його розуміння.   35. Фактори, що впливають на оцінку працівниками організаційного середовища.   36. Ознаки сприятливого соціально-психологічного клімату.   37. Негативні наслідки несприятливого організаційного клімату.   38. Поняття та характеристики організаційної культури.   39. Типи організаційних культур (моделі Ч.Хенді, К.Кемерона та Р.Квіна, Р.Кука)   40. Характеристики здорової організаційної культури.   41. Основні характеристики роботи. Робоче навантаження та розподіл завдань.   42. Виконання роботи та її вимірювання. Модель виконання роботи М.Бламберг і К.Прінгл   43. Дизайн робочого місця.   44. Адаптація працівників в організації.   45. Організаційна поведінка: типи та їх характеристика.   46. Негативні поведінкові прояви на робочому місці.   47. Режим роботи та робочий графік.   48. Особливості переживання стресу на робочому місці.   49. Ознаки гострого та хронічного стресу.   50. Відмінності в реагуванні на стрес чоловіків та жінок.   51. Характеристика поширених стресорів на робочому місці.   52. Індивідуальні відмінності реагування на стрес.   53. Негативні наслідки стресу.   54. Синдром «хворої будівлі» та «конвеєрної істерії».   55. Організаційні заходи для зниження рівня стресу.   56. Поняття та чинники професійного та емоційного вигорання.   57. Характеристики синдрому вигорання згідно з МКХ-11.   58. Критерії вигорання за Е.Фройденбергом.   59. Концепція емоційного вигорання К.Маслач.   60. Фактори ризику для розвитку емоційного вигорання. Діагностика та запобігання цим станам.   61. Наслідки вигорання для мозку людини. Розвиток резилієнтності.   62. Характеристики професій, що зумовлюють підвищений ризик вигорання.   63. Поняття трудоголізму.   64. Особистісні особливості осіб, схильних до трудоголізму.   65. Позитивні та негативні наслідки трудоголізму.   66. Прокрастинація як психологічний феномен.   67. Типи прокрастинації та прокрастинаторів.   68. Причини прокрастинації на робочому місці.   69. Поняття про презентеїзм та абсентеїзм, наслідки їх прояву для організації.   70. Перфекціонізм як особистісна характеристика. Позитивні та негативні наслідки перфекціонізму.   71. Загальна характеристика тривожних розладів.   72. Ознаки тривожних розладів за DSM-V.   73. Причини тривожності на робочому місці.   74. Робочі та особисті наслідки підвищеної тривожності.   75. Класифікація тривожних розладів (МКХ-10, DSM-V).   76. Розлад соціальної тривоги та його симптоми.   77. Генералізований тривожний розлад та його вплив на виконання людиною роботи.   78. Панічний розлад: прояви та наслідки для людини.   79. Характеристика найбільш поширених фобій та їх вплив на працездатність.   80. Характеристика депресивного розладу та його вплив на працездатність людини.   81. Основні та додаткові симптоми депресії.   82. Класифікація депресивних розладів згідно з МКХ-10. Поняття про сезонну депресію.   83. Причини розвитку депресії. Робота як чинник розвитку депресії працівників.   84. Діагностика депресивних станів.   85. Заходи на робочому місці для подолання та попередження депресії.   86. Депресія та самогубство.   87. Психологічна допомога при депресії.   88. Поняття про психологічну травму та її вплив на психіку людини.   89. Характеристика та види травматичного досвіду.   90. Переживання психологічної травми: типові симптоми.   91. Класифікація травматичних подій.   92. Епідеміологія травми. Психічні розлади після пережитого травматичного досвіду.   93. Наслідки психологічної травми.   94. Посттравматичний стресовий розлад: симптоми та причини розвитку.   95. Нейробіологічні основи ПТСР.   96. Психологічна допомога для опрацювання травма-досвіду.   97. Розлади сну та їх вплив на працездатність людини.   98. Поняття про здоровий сон та гігієну сну.   99. Особливості харчової поведінки людини. Поняття про “healthy plate”.   100. Загальна характеристика розладів харчової поведінки.   101. Анорексія та її вплив на здатність виконувати роботу.   102. Симптоми та наслідки булімічного розладу.   103. Компульсивне переїдання.   104. Розлади харчової поведінки та самооцінка людини.   105. Поняття про залежності, психологічна характеристика залежностей.   106. Залежність від алкоголю: симптоми, поведінкові прояви, вплив на працездатність людини.   107. Симптоми наркотичної залежності та її вплив на працездатність людини.   108. Е-залежності: комп’ютерна, ігрова, залежність від соціальних мереж.   109. Профілактика та подолання залежностей на робочому місці. |
| **Опитування** | Анкету зворотного зв’язку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу. |

**Схема курсу**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тиж. / дата / год. | Тема, план, короткі тези | Форма діяльності (заняття)\* \*лекція, самостійна, дискусія, групова робота) | Література.\*\*\* Ресурси в інтернеті | Завдання, год | Термін виконання |
| 01.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  03.09.2020,  11.50-13.10 (2 год) | **Тема 1: Вступ до курсу**. Актуальний стан питання психічного здоров’я на робочому місці в світі та Україні. Поняття психічного здоров’я та факторів, що на нього впливають. | Лекція | 1. *36, 37, 43* | Опрацювання літератури | 03.09.2020 |
| 07.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  03.09.2020,  11.50-13.10 (2 год) | **Тема 2: Ментальне, психологічне, суб’єктивне благополуччя та їх показники**. Аналіз понять та концепцій благополуччя в психології та інших соціальних науках. | Лекція, дискусія групова робота. | *32, 44, 47,53, 63, 66* | Опрацювання літератури, 5,25 год | 08.09.2020 |
| 08.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  14.09.2020  10.10-11.30 (2 год)  17.09.2020,  10.10-11.30 (2 год) | **Тема 3: Баланс сфер «робота-життя»**  Поняття work-life балансу та його дослідження. Психологічні наслідки зміни балансу. Конфлікт інтересів і життєвих сфер. | Лекція, дискусія. | *27, 33, 46, 52, 54,58* | Опрацювання літератури, 5,25 год | 17.09.2020 |
| 15.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  17.09.2020,  11.30-13.10 (1 год) | **Тема 4: Моделі побудови системи охорони психічного здоров’я в організації** | Лекція, робота в групах | *55, 60, 61, 62, 65* | Опрацювати літературу  Розробити програму турботи про психічне здоров’я персоналу в обраній організації  5,25 год | До кінця семестру |
| 21.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  01.10.2020,  10.10-11.30 (1 год) | **Тема 5: Психологія організації**  Організація як об’єкт психологічних досліджень. Структура організації. Моделі організації. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 16, 21, 23, 34 | Опрацювання рекомендованої літератури, 2,25  год | 01.10.2020 |
| 22.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  01.10.2020,  10.10-11.30 (1 год) | **Тема 6: Організаційне середовище та його вплив на психічне здоров’я працівників.**  Поняття психологічного клімату. Культура організації. Психологічна сумісність працівників. Моббінг та булінг в організації. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 13, 30, 41, 42, 50 | Опрацювання рекомендованої літератури, 3  год | 01.10.2020 |
| 28.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  29.09.2020,  10.10-11.30 (2 год)  01.10.2020,  11.30-13.10 (2 год) | **Тема 7: Характеристики роботи та їх вплив на психічне здоров’я працівника.**  Робочий графік та зміст роботи. Робота в екстремальних умовах. Поняття робочого стресу. Робота в кризових ситуаціях. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 9, 13, 15, 31, 35, 51 | Опрацювання рекомендованої літератури, 2,25  год | 01.10.2020 |
| 05.10.2020,  10.10-11.30 (2 год)  15.10.2020  10.10-11.30 (1 год) | **Тема 8: Професійне та емоційне вигорання.** Поняття та чинники професійного та емоційного вигорання. Діагностика та запобігання цим станам. Розвиток резилієнтності. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 24, 38, 45, 59, 64 | Опрацювання рекомендованої літератури,  год | 15.10.2020 |
| 06.10.2020,  10.10-11.30 (2 год)  15.10.2020  10.10-11.30 (1 год) | **Тема 9: Ставлення до праці: трудоголізм, перфекціонізм, прокрастинація, абсентеїзм.** Психологічний аналіз понять та факторів, що їх зумовлюють. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 6, 18, 19, 20, 28 | Опрацювання рекомендованої літератури, 2,25  год | 15.10.2020 |
| 12.10.2020  10.10-11.30 (2 год)  15.10.2020  11.50-13.10 (1 год) | **Тема 10: Тривожні розлади**  Класифікація тривожних розладів, діагностика та оцінка впливу на продуктивність праці. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 26, 40, 56, 57 | Опрацювання рекомендованої літератури, 3  год | 15.10.2020 |
| 13.10.2020  10.10-11.30 (2 год)  15.10.2020  11.50-13.10 (1 год) | **Тема 11: Депресія**  Характеристика розладу та його вплив на працездатність людини. Діагностика та допомога при депресивних станах. Депресія та самогубство. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 5, 25, 39 | Опрацювання рекомендованої літератури, 2,25  год | 15.10.2020 |
| 19.10.2020  10.10-11.30 (2 год)  29.10.2020  10.10-11.30 (1 год) | **Тема 12: Психологічна травма та її наслідки**  Характеристика ПТСР та його вплив на працездатність людини. Діагностика та допомога в подоланні наслідків психологічної травми. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 3, 10, 11, 22 | Опрацювання рекомендованої літератури, 3  год | 29.10.2020 |
| 20.10.2020  10.10-11.30 (2 год)  29.10.2020  10.10-11.30 (1 год) | **Тема 13: Розлади сну та харчової поведінки**  Характеристика розладів та їх вплив на працездатність людини. | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 1, 2,17, 48, 49 | Опрацювання рекомендованої літератури, 2,25  год | 29.10.2020 |
| 27.10.2020  10.10-11.30 (2 год)  29.10.2020  11.50-13.10 (1 год) | **Тема 14: Розлади залежностей**  Класифікація, діагностика та оцінка впливу на працездатність людини | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 4, 7, 8, 14, 29 | Опрацювання рекомендованої літератури, 3  год | 29.10.2020 |