

ОПИС ВИБІРКОВОГО ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Назва освітнього компонента	Основи самореабілітації, ментального здоров'я та життєстійкості
Факультет	Соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра	Соціальної педагогіки, соціальної роботи та консультування
ПІБ НПП або ПП, науковий ступінь, вчене звання (за наявності)	Гончар Інна Григорівна, кандидат педагогічних наук, доцент
Рівень (рівні) вищої освіти	перший (бакалаврський) рівень вищої освіти
Загальний обсяг освітнього компонента	4 кредити ЄКТС/120 годин
Семестр (семестри) вивчення	6
Форма підсумкового контролю	залік
Мова викладання	українська
Форми здобуття освіти та розподіл годин	Денна форма: лекцій – 20 годин, практичних – 20 годин, самостійної роботи – 80 годин. Заочна форма: лекцій – 6 годин, практичних/семінарських – 10 годин, самостійної роботи – 104 години.
Коротка анотація та мета	Формування знань, умінь та навичок із збереження, відновлення й зміцнення ментального здоров'я, розвитку особистісної життєстійкості та психологічної саморегуляції.
Компетентності та/або результати навчання, що формуються або поглиблюються	<i>Компетентності:</i> Здатність усвідомлено підтримувати та зміцнювати ментальне здоров'я, виявляти психоемоційні ресурси особистості, володіти техніками самореабілітування. <i>Програмні результати:</i> Розуміти сутність, структуру та чинники ментального здоров'я, визначати ресурси і потреби, розпізнавати ознаки стресу, емоційного виснаження, застосовувати техніки самореабілітування, у повсякденному житті та професійній практиці.
Пререквізити / рекомендований рівень підготовки	Базові знання з дисциплін професійної підготовки та готовність до опанування сучасних підходів професійної діяльності.
Мінімальна та максимальна чисельність групи	Мінімальна – 5; Максимальна – 25.