

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ ІМЕНІ ГЕРОЇВ
ЧОРНОБИЛЯ
ФАКУЛЬТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ
Кафедра психології діяльності в особливих умовах

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до виконання контрольної роботи з дисципліни
«Психогігієна праці в особливих умовах діяльності»

за освітньо-професійною програмою «Екстремальна та кризова психологія»
циклу професійної обов'язкової підготовки
за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти
галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
спеціальності 053 «Психологія»
для здобувачів заочної форми навчання

Рекомендовано кафедрою психології діяльності в особливих умовах на 2023-
2024 навчальний рік. Протокол від 30.08.2023 №2

Черкаси 2023

ЗМІСТ

1 ПОРЯДОК ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ.....	3
2 ЗАРАХУВАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ.....	3
3. ПРАВИЛА ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ.....	4
4. ВАРІАНТИ ЗАВДАНЬ	6
5. ЛІТЕРАТУРА	10

Контрольну роботу з навчальної дисципліни «Психогігієна праці в особливих умовах діяльності» виконують здобувачі вищої освіти, які навчаються на заочній формі навчання за першим бакалаврським рівнем вищої освіти, спеціальністю 0.53 «Психологія», за освітньо-професійною програмою «Психологія».

Метою контрольної роботи є закріплення і поглиблення знань, отриманих здобувачами в курсі «Психогігієна праці в особливих умовах діяльності», розвиток навичок підготовки та оформлення контрольних робіт, вдосконалення власних поняттєвих засобів і техніки їх використання.

1 ПОРЯДОК ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

Контрольна робота з дисципліни «Психогігієна праці в особливих умовах діяльності» виконується індивідуально кожним студентом згідно з графіком екзаменаційних сесій.

Варіанти виконання контрольної роботи обираються за останньою цифрою шифру (крім титульного листа, він для всіх однаковий). Здобувачі, шифр яких закінчується на 0, виконують завдання № 10.

В процесі роботи здобувач повинен:

- провести пошук необхідної інформації та вибрати зміст матеріалу необхідний для представлення в якості відповідей на п'ять поставлених завдань;
- розробити та обґрунтувати можливі власні позиції у вирішенні завдань;
- розробити структури відповіді;
- розробити форму подання призначеної для відповіді інформації для її оформлення;
- провести перевірку відповідності посилань, власних думок і переліку використаної літератури;
- оформити матеріал.

2 ЗАРАХУВАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

Закінчена та оформлена контрольна робота здається здобувачем у відділення заочного навчання на перевірку викладачем.

У випадку відсутності зауважень викладач підписує роботу та засвідчує допуск до наступної форми підсумкового контролю.

Якщо викладач має зауваження до змісту контрольної роботи або її оформлення, він складає перелік зауважень та повертає роботу здобувачу на доробку. Після усунення зауважень робота повинна бути повторно подана на перевірку з обов'язковим додатком переліку попередніх зауважень.

Для зарахування контрольної роботи подаються повні розкриті відповіді на поставлені питання. Контрольна робота оцінюється: "зарахована", "не зарахована". Контрольна робота може бути не зарахована у випадках:

- виконано не той варіант контрольної роботи;
- теоретичне завдання виконане з порушенням вимог до нього;
- не виконано або не вірно виконано одне із завдань;

При оцінці враховується:

- обґрунтованість вибору матеріалу, повнота його розкриття;
- зміст і форма відповідей на запитання;
- уміння демонструвати у роботі власну дослідницьку позицію ;
- ступінь самостійності, оригінальність роботи;
- якість виконання і оформлення роботи.

3. ПРАВИЛА ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

Правильне оформлення роботи не є тільки формальним питанням. Мова йде не лише про красоту оформлення, але й про технічний рівень, пізнавальний зміст та технічну культуру її виконання відповідно до правил написання текстових документів у відповідності з вимогами державних стандартів.

Контрольна робота виконується на аркушах формату А4 (210×297 мм) та має бути оформлена відповідно до вимог ДСТУ 3008-95 «Документація. Звіти у сфері науки і техніки. Структура і правила оформлення». Заповнення аркушів ПЗ виконується чорним кольором машинним (за допомогою комп'ютерної техніки) способом з одного боку білого паперу, 14 шрифтом, через 1,5 інтервалу.

При машинописному виконанні контрольну роботу друкують через один інтервал, за умов рівномірного її заповнення та висотою літер і цифр не менш, ніж 1,8мм. (кегель 14).

Текст слід друкувати, витримуючи параметри сторінок: верхній, нижній береги – не менш 20мм, лівий – 30, правий – 15мм. Під час виконання роботи необхідно дотримуватися рівномірної щільності, контрастності й чіткості тексту.

На титульному листі необхідно вказати назву навчального закладу, предмету, що вивчається, кафедри, номер залікової книжки, прізвище, ім'я та по батькові, адресу (Додаток 1).

Під час виконання роботи потрібно спочатку записати питання, а потім дати на нього відповідь. Відповіді повинні бути конкретні, написані державною мовою, акуратно оформлені. У тексті роботи повинні бути чіткі лінії, букви, цифри та інші знаки. Написання тексту повинно бути однаково чорним. Помилки, описки і графічні неточності виправляються зафарбовуванням білою фарбою і нанесенням на те саме місце (або між рядками) виправленого тексту чорного кольору машинним способом чи від руки.

Абзацний відступ повинен бути однаковим для всього тексту і дорівнювати п'ятьом знакам.

Розділи і підрозділи повинні мати заголовки. Пункти і підпункти можуть мати заголовки.

Заголовки розділів слід розташовувати в середині рядку з нової сторінки, друкувати великими буквами без крапки наприкінці. Заголовки підрозділів, пунктів і підпунктів роботи слід починати з абзацного відступу і друкувати без крапки наприкінці малими буквами, крім першої великої.

Якщо заголовок складається з двох чи більше речень, їх розділяють крапкою. Переноси слів у заголовках не допускаються.

Відстань між заголовком і наступним чи попереднім текстом дорівнює одному рядку.

Не допускається розміщати заголовки підрозділу, пункту і підпункту в нижній частині сторінки, якщо після нього розташований тільки один рядок тексту.

В тексті контрольної роботи обов'язковим є посилання на використані

джерела, перелік яких наводиться у списку літератури. У список використаної літератури вносяться праці, з яких запозичуються цитати, думки, статистичні дані, на які робиться посилання.

На останньому листі роботи необхідно вказати перелік використаної літератури. Номери посилань у тексті збігаються із номерами у списку літератури.

Список літератури оформлюється відповідно до ДСТУ ГОСТ 7.1:2006 або <http://vak.in.ua/>.

4. ВАРІАНТИ ЗАВДАНЬ

№ 1

1. Розкрийте питання теоретичної побудови поняттєвих засобів психогігієни як наукової галузі. Обґрунтуйте чим вирізняється структура та сучасний стан психогігієни робочого місця на практиці, у звичайних умовах та на війні.
2. Порівняйте обсяг та зміст понять, які необхідні психологу, щоб оцінити належні здоров'збережувальні дії на робочому місці. Розкрийте послідовність обстеження та необхідні для цього концепти знань. Робоче місце виберіть на власний розсуд.
3. Розкрийте модель розгортання спонуки у мотиваційно-смысловій сфері особистості та оцініть її компоненти з точки зору їх можливої «не гармонійності», «не узгодженості» «не цілісності, фрагментарності» та назвіть ситуації з ними, які можуть бути предметом діяльності психогігієніста. Характеристики суб'єкта ваших міркувань, зокрема, вікові, професійні, етнічні та інші, – оберіть на власний розсуд, з огляду, на обізнаність щодо конкретних умов робочого місця та необхідні кількісно-якісні межі оцінювання.

№ 2

1. Розкрийте, що корисного відібрано Вами з історія розвитку та становлення психогігієни для розпізнавання сучасних психогігієнічних дій та явищ психіки, зокрема, відповідального ставлення до здоров'я як основа його покращення. На конкретному робочому місці. Обґрунтуйте зроблений вибір.
2. Порівняйте зміст та обсяг понять, що характеризують психічне здоров'я та психологію здоров'я працівника, основні напрямки оцінювання та підтримки. Розкрийте в чому відмінності та які можливі заходи психогігієни.
3. Розкрийте, по-перше, як у нормативно-правових актах в Україні вирішується проблема використання понять «хвороба», «психічний розлад», «інвалідність». По-друге, за якими протоколами визначаються індивідуальні особливості перебігу «психічних розладів», від нездоров'я до психічного здоров'я. По-третє, розподіл тих, хто може надавати психологічну допомогу та покладання на них відповідальності залежно від кваліфікації.

№ 3

1. Розкрийте питання теоретичної побудови та практичного використання методів психогігієни на матеріалі конкретного робочого місця.
2. Розкрийте методи і прийоми скринінгу показників психічного здоров'я, на прикладі, травми. Які джерела інформації у психогігієніста? Чим це корисно сучасному досліднику?
3. Дайте характеристику психогігієнічних дій призначених для гармонізації утворень самосвідомості особистості. Які заходи не придатні для цього? Обґрунтуйте. Розкрийте психогігієнічні дії щодо травматичних ситуації і виходів із стресового стану на прикладі звичайних умов та на війні. Дайте характеристику ключових положень психогігієни щодо цього.

№ 4

1. Проведіть аналіз змісту та обсягу понять: «рівні практичної психогієни (національний, організаційний, родинний та особистісний)». З ким проводяться психогієнічні заходи, в які терміни, якого змісту? В чому відмінності?
2. Розкрийте зміст поняття «внутрішня картина здоров'я», зокрема, у дітей і підлітків, в умовах війни в Україні. Чи можуть бути використаними психогієнічні поняття для визначення необхідних дій щодо явища «розумового розвитку дитини»? Розкрийте, як це можливо в Україні. Уявіть та опишіть такі ситуації. Обґрунтуйте відповідь.
3. Розкрийте відомі Вам причини виникнення суїцидальної поведінки серед учасників бойових дій, призначення та зміст заходів необхідної психогієни. Які відомі Вам нормативно-правові джерела організації психогієни та для кого?

№ 5

1. Проведіть аналіз змісту та обсягу понять, які розкривають зв'язки психогієнічних заходів у формуванні здорового способу життя працівників. Порівняйте їх обсяг та зміст. В чому відмінності?
2. Що означає висловлювання: «Програма ранньої допомоги дітям від народження до трьох років» у контексті психогієнічних дій? Якими заходами Ви б її наповнили в умовах війни? Межі яких особистісних проявів і ситуацій вона профілактує, якими засобами? Побудуйте розповідь про такий психогієнічний процес на конкретному прикладі під час війни в Україні.
3. Дайте характеристику психологічного благополуччя фахівців ризиконебезпечних професій в конкретних ситуаціях, які підберіть самостійно, з огляду, на інформацію о телебаченню чи власні спостереження. Порівняйте із соціальним і духовним благополуччям. Самостійно визначте робоче місце, його суб'єкта та необхідні кількісно-якісні параметри та показники.

№ 6

1. Проведіть аналіз змісту та обсягу понять: «психогієна» та «психопрофілактика» на конкретному робочому місці, яке оберіть самостійно. Порівняйте обсяг та зміст обох понять по відношенню до обраного робочого місця. В чому відмінності?
2. Дайте конкретні поради щодо гармонізації психічного здоров'я відомих Вам здобувачів освіти, студентів. Доведіть їх обґрунтованість.
3. Складіть перелік факторів конкретної ситуації, які впливають на фізичне, соціальне, психічне та духовне здоров'я людини, працівника. Конкретну життєву ситуацію оберіть на власний розсуд. Назвіть напрямки професійного мислення психолога та необхідні заходи психогієни щодо цього. Чим використані Вами поняття психогієни вирізняються від оціночних суджень буденної психології?

№ 7

1. Порівняйте зміст понять «психічне здоров'я» та «психологічна стійкість» наприклад, у переміщених осіб. Зробіть висновки щодо пояснювального та психогігієнічного потенціалу цих понять. Які поняття та знання зведено у концепти, корисні сучасному психогігієністу?
2. Дайте конкретні поради щодо зміцнення саногенного потенціалу особистості студента в звичайних умовах та умовах війни. Доведіть їх обґрунтованість.
3. За допомогою поняттєвих засобів психогігієни покажіть, як правильно «аналізують» явище психіки у психогігієні стосовно конкретної людини, її активності та ситуацій. Чим психогігієнічна дія психолога відрізняється від дії психодіагностичної?

№ 8

1. Розкрийте поняття «психічного здоров'я» та можливі підходи до його визначення. Порівняйте із обсягом та змістом понять «психологія здоров'я» «розвиток», «гармонія», «психічний розлад». В чому відмінності?
2. Розкрийте дослідницькі проблеми психогігієни праці на робочих місцях особового складу та працівників ДСНС України у звичайних умовах та на війні.
3. Розкрийте, із залученням яких понять психогігієніст може зробити висновок щодо духовної, моральної зрілості особистості. Зрозумійте, із залученням яких понять психогігієніст може зробити висновок щодо впливу «інформаційної події» на морально-психологічний стан працівника. Розкрийте ці поняття.

№ 9

1. Дайте характеристику факторів, які впливають на психічне здоров'я працівника, наприклад, начальника караулу конкретного підрозділу ДСНС України.
2. Дайте характеристику моделі психічного здоров'я та необхідних психогігієнічних заходів фахівців ризиконебезпечних професій (конкретне робоче місце виберіть самостійно). Обґрунтуйте висунуті положення.
3. Розробіть психогігієнічні поради щодо покращення стану власного здоров'я. Відповіді на питання 1 та 2 занесіть у таблицю 1.

Аналіз стану здоров'я за фактором «умови життя та роботи»

Фактор «умови життя та роботи» (його показники)	Опис показника (інформативний, щоб давав змогу зробити висновок щодо стану здоров'я та психічного здоров'я)	Висновок щодо стану здоров'я, потім психічного здоров'я	Психогігієнічні поради на покращення стану здоров'я, потім стану психічного здоров'я
Середовище праці			
Освіта			
Сільське господарство і виробництво харчових продуктів			
Безробіття			
Водопостачання і каналізація			
Послуги охорони здоров'я			
Житлові умови			

№ 10

1. Розкрийте уявлення, які існують щодо порушень психічного здоров'я в законодавстві України. Які джерела інформації щодо симптомів порушень? Які джерела інформації щодо необхідних психогігієнічних дій? Які з цих знань зведено у концепти, корисні у виборі психогігієнічних заходів психологу?

2. Розкрийте хто саме та за допомогою яких дій здатний надати першу психологічну допомогу відповідно до норм законодавства в Україні, хто і як провести психотерапію?

3. Розкрийте, які з показників та за яких обставин, необхідно використати для опису психологічного здоров'я, соціального здоров'я, фізичного здоров'я? Для цього використайте методики: 1) опитувальник «Оцінка якості життя»; 2) опитувальник «Шкала суб'єктивного благополуччя», які є у списку базової літератури.

5. Література

Базова література

1. Бойчук Ю. Д. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / Ю. Д. Бойчука. – Харків: Оригінал, 2018. – 724 с.
2. Болтівець С.І. Педагогічна психогігієна: теорія та методика: Монографія. — К.: Редакція «Бюлетеня Вищої атестаційної комісії України», 2000. — 302 с.
3. Варій М. Й. Психологія особистості / М. Й. Варій – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 592 с.
4. Віговська О. О. Якість життя як умова конструктивного самозбереження особистості дис. канд. психол. наук 19.00.01 – загальна психологія, історія психології / О. О. Віговська. Луцьк. – 2016 р. – 164 с.
5. Власюк Д.П., Кихтюк О.В., Кульчицька А.В., Федотова Т.В. Психічне здоров'я публічних службовців: Матеріали дослідження /авт. кол.: . Д.П. Власюк, О.В. Кихтюк, А.В. Кульчицька, Т.В. Федотова та ін. – Луцьк : Волиньполіграф, 2018. – 116 с
6. Галецька І., Сосновський Т. Психологія здоров'я: теорія та практика / І. Галецька., Т. Сосновський. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка 2006. – 338 с.
7. Гордієнко-Митрофанова І. Позитивна психотерапія: навчальний посібник з психотерапевтичних практик розвитку усвідомленої стресостійкості / І. Гордієнко-Митрофанова, Д. Гоголь. – Київ : ГО «МНГ», 2022. – 221 с.
8. Гусак П.М., Зимівець Н.В., Петрович В.С. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології: Монографія / П.М.Гусак, Н.В.Зимівець, В.С.Петрович. – Луцьк: ВАТ„Волинська обласна друкарня”, 2009. – 219 с.
9. Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» від 19 листопада 1992 року № 2801-ХІІ. – Режим доступу до ресурсу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2801-12/conv#Text>
10. Кодекс цивільного захисту України від 02.10.2012 № 5403-VI [Електронний ресурс] // Відомості Верховної Ради України. – 2012. – Режим доступу до ресурсу: zakon.rada.gov.ua/laws/show/5403-17.
11. Кокун О.М., Мороз В.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. Психологічна профілактика психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України : метод. посіб. / О.М. Кокун, В.М. Мороз, Н.С. Лозінська, І.О. Пішко. – К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2021. – 301 с.
12. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / І. Я. Коцан, Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич – Луцьк: РВВ Вежа|| Волин. нац. унту ім. Лесі Українки, 2011.– 430 с.
13. Максименко С.Д., Руденко Я.В., Кушнерьова А.М., Невмержицький В.М.. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С.Д. Максименко, Я.В. Руденко, А.М. Кушнерьова, В.М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. – 438 с.
14. Меньших О.Е., Петренко Ю.О., Ярова В.Д.. Основи психогігієни молодшої людини / О.Е. Меньших, Ю.О.Петренко, В.Д.Ярова – Черкаси, 2010. – 76 с.
15. Наказ ДСНС України від 05.12.2018 р. № 707 «Про затвердження Довідника кваліфікаційних характеристик професій у сфері цивільного захисту». – К. : МНС України, 2018. – 127 с.

16. Наказ МВС України № 747 від 31.08.2017 «Про затвердження Порядку психологічного забезпечення в Державній службі України з надзвичайних ситуацій» [Електронний ресурс] // Офіційний вісник України від 08.12.2017 2017 р., № 96, стор. 527. – 2017. – Режим доступу до ресурсу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/z1390-17/card6#Public>
17. Наказ МВС України від 30.12.2014 № 1417 «Про затвердження Правил пожежної безпеки в Україні» [Електронний ресурс] // Офіційний вісник України № 26 Ст. 91. – 2015. – Режим доступу до ресурсу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0252-15>
18. Наказ Міністерство соціальної політики України № 810 від 01.06.2018 «Про затвердження Стандарту психологічної діагностики та форм документів з організації психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції та постраждалих учасників Революції Гідності». – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0723-18/conv#Text>
19. Наказ Міністерство соціальної політики України № 912 від 10.09.2015 р. «Про затвердження Державного стандарту соціальної послуги профілактики». – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1155-15/conv#Text>
20. Наказ МНС України № 1342 від 16.12.2011 «Про затвердження Настанови з організації газодимозахисної служби в підрозділах Оперативно-рятувальної служби МНС України». ». – Режим доступу до ресурсу: <https://www.dsns.gov.ua/ua/Zakonodavstvo.html>
21. Наказ МНС України від 13.03.2012 № 575 «Про затвердження Статуту дій у надзвичайних ситуаціях органів управління та підрозділів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту». – Режим доступу до ресурсу: <https://www.kmu.gov.ua/npas/248721664>.
22. Наказ МОЗ України 23.02.2016 № 121 Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. посттравматичний стресовий розлад
23. Наказ МОЗ України від 29 серпня 2008 року N 503 «Про затвердження методичних рекомендацій «Кодування захворюваності та смертності у відповідності до Міжнародної статистичної класифікації хвороб та споріднених проблем охорони здоров'я Десятого перегляду» - Режим доступу: <https://ips.ligazakon.net/document/MOZ8595>
24. Наказ МОЗ України від 15.04.2008 N 199 «Про затвердження Порядку застосування методів психологічного і психотерапевтичного впливу» - Режим доступу <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0577-08/conv#Text>
25. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. – 324 с
26. Никифорова В.Г. Якість життя населення регіону: аналіз, прогнозування, соціальна політика Монографія / МОНМС України. Одеський нац. економічний унів-тет / В.Г.Никифорова. – Одеса, 2012. – 316 с.
27. Овсяннікова Я.О. Соціально-психологічний тренінг як засіб відновлення психологічної стійкості рятувальників МНС України: дис. канд. псих. наук : 19.00.09 – Я.О. Овсяннікова. – Х., 2009. – 187 с.
28. Основи психогієни та психопрофілактики: навч. пос. / Н. Є. Афанасьєва. – Х.: НУЦЗУ, 2016. – 91 с. – Режим доступу: <https://docplayer.net/87124314-Osnovi-psihogigieni-ta-psihoprofilaktiki.html>

29. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. /Н.Пророк –Київ, 2018. – 208 с.
30. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. /Л.Малогулко –Київ, 2018. – 240 с.
31. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Т.Семигіна, І.Павленко, Є. Овсяннікова. — К. : Наш формат, 2017. — 1068 с.
32. Охорона психічного здоров'я в умовах війни 2 т. / пер. з англ. Т. Охлопкова, О.Брацюк. —К.: Наш Формат, 2022. — 2 том. — 548 с.
33. Пам'ятка «Подолання бойового стресу і його психологічних наслідків» – Миколаїв, Херсон, 2022. – 16 с.
34. Посібник з оцінки ризиків на робочому місці Європейська Комісія Люксембург Бюро офіційних публікацій Європейських Співтовариств 1996 р. –57 с.
35. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Положення про Державну служби України з надзвичайних ситуацій» від 16 грудня 2015 року № 1052 // Відомості Верховної Ради України. – 2015 – Режим доступу до ресурсу <https://www.kmu.gov.ua/npas/248721664>
36. Постанова Кабінету Міністрів України № 1338 від 28.11.2022 р. «Деякі питання надання безоплатної психологічної допомоги особам, які звільняються або звільнені з військової служби, з числа ветеранів війни, осіб, які мають особливі заслуги перед Батьківщиною, членам сімей таких осіб та членам сімей загиблих (померлих) ветеранів війни і членам сімей загиблих (померлих) Захисників та Захисниць України відповідно до Закону України «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1338-2022-%D0%BF#Text>
37. Постанова Кабінету Міністрів України від 23.11.2011 р. № 1341. «Про затвердження Національної рамки кваліфікацій» [Електронний ресурс] // Урядовий кур'єр від 26.06.2019 № 17. – 2019. – Режим доступу до ресурсу: [:// https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/509-2019-%D0%BF](https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/509-2019-%D0%BF)
38. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. № 1018-р «Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року» – Режим доступу до ресурсу <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#Text>
39. Прокопенко А. В. Психогігієна : навчальний посібник / А. В. Прокопенко. – Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2014. – 230 с.
40. Сердюк Л.З., Данилюк І.В. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості: монографія / Л.З. Сердюк, І.В. Данилюк, В.В. Турбан, О.І. Пенькова, Н.Д. Володарська [та ін.] ; за ред. Л.З. Сердюк. – К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. – 192 с.
41. Синопис діагностичних критеріїв DSM-V та протоколів NICE для діагностики та лікування основних психічних розладів у дітей та підлітків / перекл. з англійської; упор. та наук. ред. Леся Підлісецька. (Серія «Психологія. Психіатрія. Психотерапія»). – Львів: Видавництво Українського католицького університету, 2014. – 112 с.
42. Штифурак В.С., Шпортун О.М. Феноменологія, практика та корекція психологічного здоров'я особистості: монографія / В.С. Штифурак., О.М. Шпортун - Вінниця. - 2019, – 331с.

Допоміжна література

1. Блінов О. А. Психологія бойового стресу : дис. докт. псих. наук : 19.00.04 – / Блінов О.А. – К.: Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2020. – 535 с.
2. Василевська О.І. Особливості розвитку психічного здоров'я молодшого школяра засобами казкотерапії: дис. канд. псих. наук : 19.00.07 – / Василевська Олена Іванівна – К., 2015. – 190 с.
3. Галецька І., Животовська Л. Психологічні аспекти стигми психічних розладів / І. Галецька., Л.Животовська // Психологічні аспекти стигматизації та реабілітації – Львів: Видавництво Романа Романа, 2007. – С. 60 - 97 с.
4. Гігієна та екологія : підручник / [В. Г. Бардов, С. Т. Омельчук, Н. В. Мережкіна. – Вінниця : Нова Книга, 2020. – 472 с.
5. Грибан В. Г. Валеологія / В. Г. Грибан – К., 2012. – 342 с.
6. Кічук А. В. Особистісні особливості психоемоційного здоров'я студентів: монографія / А. В. Кічук. – Ізмаїл: ІДГУ. 2020. – 406с.
7. Неурова А.Б. Психологічні особливості емоційної стійкості рятувальників: дис. канд. псих. наук : 19.00.07 – / А.Б. Неурова – Івано-Франківськ, 2016. – 196. с.
8. Пауэлл Т., Пауэлл Дж. Психотренинг по методу Хосе Сильвы / Т. Пауэлл, Дж. Пауэлл. — СПб: Питер Пресс, 1996. — 192 с.

Інформаційні ресурси

1. Міжнародні та державні нормативні документи у системі освіти, психологічної служби, охорони здоров'я, соціального захисту дітей. Режим доступу до джерела: http://www.zippo.net.ua/index.php?page_id=503.
2. The PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5) [Електронний ресурс] / F.W. Weathers, B.T. Litz, T.M. Keane, P.A. Palmieri, P.P. Schnurr : National Center for PTSD, 2013. — Режим доступу : <https://www.ptsd.va.gov/>
3. The Clinician-Administered PTSD Scale for DSM-5 (CAPS-5)[Електронний ресурс] / F.W. Weathers, D.D. Blake, P.P. Schnurr, D.G. Kaloupek, B.P. Marx, T.M. Keane : National Center for PTSD, 2013. — Режим доступу : <https://www.ptsd.va.gov/>
4. Дуткевич Т. В., Савицька О. В. Практична психологія: Вступ до спеціальності К.: Центр учбової літератури, 2010. – 256 с. – Режим доступу до джерела: http://pidruchniki.ws/13590421/psihologiya/praktichna_psihologiya_-_dutkevich_tv.
5. Ложкин Г.В. Практическая психология в системах «человек–техника» : [Інформаційний ресурс] / Г.В. Ложкин, Н.И. Повякель. – Киев, 2003. – 203 с. – Режим доступу : http://www.studmed.ru/lozhkin-gv-povyakel-ni-prakticheskaya-psihologiya-v-sistemah-chelovek-tehnika_61b4546053a.html
6. Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної Академії педагогічних наук України – Режим доступу: <http://psychology-naes-ua.institute/info/264/New>
7. Європейська асоціація поведіркових та когнітивних терап European Association for Behavioural and Cognitive Therapies (ЕАВСТ) – Режим доступу: <https://www.eabct.eu/>
8. Європейська асоціація Психотерапії European Association for Psychotherapy (ЕАР) – Режим доступу: <https://www.europsyche.org/>
9. Європейська мережа асоціацій майндфулнес-базованого підходу European Network of Associations of Mindfulness Based Approaches (ЕАМВА) – Режим доступу: <https://www.eamba.net/>
- 10.ГО «Асоціація в Україні фахове об'єднання зі спеціальної травма терапії» – Режим доступу: <https://emdr.com.ua/emdr/>
- 11.Національна психологічна асоціація (НПА) – Режим доступу: <https://www.npa-ua.org/history>
- 12.Аналіз законодавства й політики у сфері психічного здоров'я в Україні // Україно-швейцарський проєкт «Психічне здоров'я для України» (МН4U), Національна психологічна асоціація (НПА) – Режим доступу до ресурсу: <https://www.mh4u.in.ua/wp-content/uploads/2021/01/mh4u-mh-law-analysis-report-21122020-with-annexes.pdf>

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ ІМЕНІ ГЕРОЇВ ЧОРНОБИЛЯ
ВІДДІЛЕННЯ ЗАОЧНОГО НАВЧАННЯ

КОНТРОЛЬНА РОБОТА

«Психогігієна праці в особливих умовах діяльності»
(назва дисципліни)

Студента 5-го курсу (т.н. 4,6 років)
Групи 1 ОР «бакалавр»
спеціальності 053 «Психологія»
Борисенко В. М.
Шифр 319

м. Черкаси – 2023 рік

Упорядник: Грибенюк Г.С. - професор кафедри психології діяльності в особливих умовах доктор психологічних наук, професор.