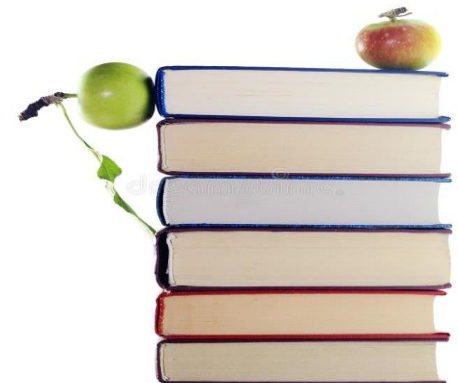


Навчальний курс «ПСИХОЛОГІЯ»



Чому курс «Психологія»

Психологічні знання та навички потрібні кожному. Адже вони допомагають нам краще розуміти себе, один одного, стосунки між нами. Вони дають нам можливість краще турбуватися про власний психологічний стан, власне психічне здоров'я – і звісно ж, краще розуміти інших, мати більше взаємного розуміння у спілкуванні. Психологічні знання та навички потрібні в усіх сферах – вихованні дітей, подружніх стосунках, у праці з клієнтами (особливо, якщо це праця у сфері людина-людина), спілкуванні з колегами по команді на роботі, ефективній самоорганізації часу та постановці життєвих цілей та багатьох інших. Психологічні знання потрібні також просто у нашій життєвій подорожі на усіх її вікових етапах – адже усі ми рано чи пізно зіткнемося з завданнями, щодо яких психологічні знання та навички будуть справді помічні. Певною мірою кожна людина мала би вміти бути «трохи психологом». Розуміння людської душі є одним з найважливіших життєвих вмінь, складовою «життєвої мудрості». Тому ми задумали цей курс для усіх тих, хто зацікавлений психологією, для того, щоб отримати найбільш необхідні психологічні знання та навички без надмірних часових затрат.



У чому особливість цього курсу?

Цей курс особливий тим, що він націлений насамперед на практичне застосування психологічних знань та розвиток необхідних практичних навичок. Тому в укладанні навчальної програми основним принципом є відбір усіх тих основних знань та навиків, які можуть бути корисні кожній людині, і намагання зробити навчання максимально прикладним, простим та зрозумілим, позбавленим «сухої теорії» чи вузькоспеціалізованих аспектів психології. Втім, намагання зробити проект простим, зрозумілим, практично-корисним зовсім не означає, що він буде «поверхневим» – власне навпаки основним його завданням є розвинути здатність глибшого бачення та розуміння людської особистості, її розвитку, її та творчого потенціалу, а також людських стосунків в усіх їх формах. Намагання зробити курс «не надто теоретичним» так само аж ніяк не означає, що він не буде науково-обґрунтованим – навпаки ми викладатимемо предмет у контексті сучасних, науково-обґрунтованих психологічних теорій і намагатимемося чітко розмежовувати психологічні знання від поширених міфів чи ж окремих теорій, які є радше гіпотезами, що не мають наукового підтвердження, хоч і часом представляються як «істини».



Для кого цей курс?

Цей курс – для всіх! Ми справді думаємо, що він може бути корисним для кожної людини, яка хоче збагатити своє життя психологічними знаннями та навиками. Зокрема, ми думаємо, ця навчальна програма може бути особливо корисна фахівцям, котрі працюють у сфері людина-людина (працівники з управління людськими ресурсами, люди самих різних спеціальностей, особливо керівники організацій будь-якого рангу). На відміну від, можливо, деяких інших наук, певні знання про психологію необхідні кожному, хто відчуває серйозну відповідальність за себе, інших людей і свою справу. Таким чином, настрій на ефективну взаємодію з іншими людьми і з самим собою на підставі психологічних знань може допомогти уникнути багатьох ділових та особистих невдач.



Який зміст навчальної програми?

Навчальна програма включатиме у себе основні блоки, що охоплюють основні сфери практичного застосування психології:

Психологія «життєвої подорожі» впродовж усіх вікових етапів життя людини включатиме у себе основи розуміння особистості людини, її формування, її розвитку впродовж основних етапів життєвого циклу людини. Практична частина буде сфокусована на розумінні завдань власного особистісного розвитку та розвитку навиків його плекання.

Психологія спілкування та людських стосунків включатиме у себе практику основ спілкування: невербальне спілкування, вміння слухати, будувати стосунки та розуміти різні складнощі та «нюанси» світу стосунків, з'ясовувати конфлікти, відстоювати власні потреби.

Основи психічного здоров'я включатимуть у себе розуміння основ того, що є необхідним для підтримки психічного здоров'я людини; найбільш поширених порушень у сфері психічного здоров'я та методів допомоги.

Психологія творчості розглядатиме основи творчого розкриття особистістю людини її потенціалу, вона буде практично орієнтована на те, щоб дати учасникам даної навчальної програми можливість розкрити і втілити власний творчий потенціал.

Психологія професійної самореалізації включатиме у себе усі компоненти пов'язані з постановкою та досягненням життєвих цілей у сфері професійного розвитку та самореалізації, основами ефективного використання часу, «психології фінансів», подолання проблем пов'язаних з невпевненістю у власних силах. Великий акцент буде зроблено на розвитку навичок роботи у команді, творчої співпраці.

Яка методологія викладання у даному курсі?

Цей навчальний курс у багатьох відношеннях нестандартний. З огляду на його практичну орієнтованість навчальний курс максимально орієнтований на активну участь учасників, використання практичних вправ та «експериментів», творчих завдань, практичне застосування здобутих знань та навичок у щоденному житті. Щоб зробити навчання «живим» та цікавим викладач використовуватиме різні сучасні технології активного навчання, тренінгу, щоб зробити навчальний процес максимально цікавим та корисним.



Викладач курсу
Єременко Лариса В'ячеславівна
кандидат психологічних наук



**Запрошуємо вас здійснити цю захоплюючу подорож в
світ психології разом з нами!**