

### АНОТАЦІЯ

Назва дисципліни/освітнього компоненту	Психологія щастя
Компонент освітньої програми	Вибірковий
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	<u>  3  </u> кредити / <u>  90  </u> годин
Вид підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	українська
Викладач	<i>Яцюк Наталія Олександрівна</i> , кандидат психологічних наук, доцент кафедри вікової та педагогічної психології РДГУ
CV викладача (in) на сайті кафедри	<a href="http://www.rshu.edu.ua/kafedry-ppf/kafedra-vtpp/sklad-kafedri/121-personalii/569-yatsiuk-nataliia-oleksandrivna">http://www.rshu.edu.ua/kafedry-ppf/kafedra-vtpp/sklad-kafedri/121-personalii/569-yatsiuk-nataliia-oleksandrivna</a>
E-mail викладача:	<a href="mailto:Kafedra_vikova@ukr.net">Kafedra_vikova@ukr.net</a>

#### Мета та завдання навчальної дисципліни

Навчальна дисципліна «Психологія щастя» спрямована на формування психологічної та професійної компетентності майбутнього фахівця в галузі викладання дисциплін психологічного циклу, здатного до саморозвитку, систематизації отриманих знань та застосування їх на практиці.

При викладанні дисципліни «Психологія щастя» передбачається узагальнення та систематизація сучасних наукових досліджень у галузі позитивної психології, а також створення практичних інтервенцій, спрямованих на зміцнення індивідуального та колективного благополуччя.

Завдання викладання дисципліни «Психологія щастя» полягає у формуванні загальних та фахових компетентностей; здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях; генеруванні нових ідей (креативності); умінні виявляти, ставити та вирішувати проблеми; цінувати та поважати різноманітність та мультикультурність; здатності діяти на основі етичних міркувань (мотивів); здатності розробляти та управляти проектами; здатності мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

#### Зміст навчальної дисципліни

##### *Змістовий модуль 1. Концептуалізація щастя – основні підходи.*

**Тема 1.** Поняття щастя: визначення, основні підходи до вивчення.

**Тема 2.** Основні методи та методики дослідження, психологічної діагностики суб'єктивного благополуччя.

##### *Змістовий модуль 2. Психологія саморозвитку та саморегуляції особистості*

**Тема 3.** Психічне здоров'я, психологічне здоров'я та щастя.

**Тема 4.** Резильєнтність та посттравматичне зростання. Самостворення, самопрезентація та саморегуляція. Формування позитивного мислення.

**Тема 5.** Гендерні особливості щастя. Задоволеність життям та адаптивність. Аналіз чинників та профілактика суб'єктивного неблагополуччя.

**Тема 6.** Вікові особливості щастя. Суб'єктивне благополуччя у дитячому, підлітковому, юнацькому та дорослому віці.