

**АНОТАЦІЯ**

навчальної дисципліни

«**Тренінг емоційної стабільності**»

**Кафедра психології та педагогіки**

Вид навчальної дисципліни **вибіркова**

Рівень вищої освіти **другий (магістерський)**

Ступінь вищої освіти **магістр**

Форма здобуття вищої освіти **денна/заочна**

Мова викладання **українська**

Рік навчання **другий**

Форма підсумкового контролю **залік**

Стислий опис навчальної дисципліни: метою вивчення навчальної дисципліни «Тренінг емоційної стабільності» є формування у студентів ефективних навичок поведінки в суспільстві, вміння контролювати й висловлювати власні емоційні прояви, адекватно реагувати на поведінкові особливості оточуючих, підтримувати у собі позитивний емоційний настрій тощо.

Дисципліна «Тренінг емоційної стабільності» спрямована на допомогу здобувачам в отриманні знань з підтримки самоконтролю над негативними емоційними проявами, боротьбі зі схильністю до афективних спалахів та бурхливого вираження як позитивних, так і негативних емоцій, з невмінням висловити власні почуття для формування навичок підтримувати у собі позитивний емоційний настрій. Ця програма сприяє створенню умов для успішної соціально-психологічної адаптації безпосередньо здобувачів вищої психологічної освіти, а також допоможе їм при роботі з клієнтами в подальшій професійній діяльності

Форми (методи) навчання: лекція-дискусія, лекція-прес-конференція, лекція-візуалізація, бінарна лекція з практиком, диспут, вікторина, метод проблемного викладу матеріалу, дослідницький метод, імітаційний метод, метод проєктів, «мозковий штурм»

Науково-педагогічні працівники, які забезпечують викладання навчальної дисципліни: Тетяна ГРИБОЄДОВА