

Психологія опанувальної поведінки: навчально-методичний посібник [Електронний ресурс] / укладачі: Онуфрієва Л. А., Чайковська О. М. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2025. 192 с.

Зміст психології опанувальної поведінки передбачає з'ясування основних механізмів активізації адаптивної реакції на складні життєві обставини та здатності застосовувати комплекс ефективних засобів для подолання емоційного стресу, розкриває питання особистісного і професійного розвитку, оволодіння способами копінг-поведінки, проблеми адаптації і професіоналізації, особливості застосування активних соціально-психологічних методів навчання та психологічної допомоги. До навчально-методичного посібника «Психологія опанувальної поведінки» включено теми, що відображають палітру сучасних загальнопсихологічних, соціально-психологічних та клінічно-психологічних досліджень процесів опанування, механізмів та ресурсів подолання особистістю кризових життєвих ситуацій. Метою навчально-методичного посібника «Психологія опанувальної поведінки» є засвоєння студентами знань з проблематики подолання поведінкових та когнітивних зусиль людини з вирішення важких життєвих ситуацій з опорою на соціокультурні, особистісні та ситуаційні ресурси. В результаті засвоєння дисципліни у студентів формуються такі компетенції: готовність діяти в нестандартних ситуаціях, нести соціальну та етичну відповідальність за прийняті рішення; здатність здійснювати постановку проблем, цілей та завдань дослідження, обґрунтовувати гіпотези, розробляти програму та методичне забезпечення дослідження (теоретичного, емпіричного); здатність розробляти та використовувати інноваційні психологічні технології для вирішення нових задач в різних галузях професійної практики. Навчально-методичний посібник «Психологія опанувальної поведінки» – це система лекційних, практичних занять, індивідуальної, самостійної роботи студентів, консультацій, іспиту, вихідного інформаційного забезпечення.