

## ОСНОВИ САМОПІЗНАННЯ

<b>Тип (статус) дисципліни</b>	Вибіркова професійної підготовки)
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (бакалаврський)
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Кількість встановлених кредитів ЄКТС</b>	4,0
<b>Форми навчання, для яких викладається дисципліна</b>	Денна/заочна

**Результати навчання.** Студент, який успішно завершив вивчення дисципліни, повинен: *вміло* використовувати понятійний апарат; *знати* основні рівні і методи самопізнання; *визначати* можливості застосування різних методів і технік самопізнання; *розробляти* рекомендації і тренінги самопізнання; *застосовувати* різні методи і прийоми самопізнання для себе та інших осіб.

**Зміст навчальної дисципліни.** Поняття про самопізнання. Самоаналіз як механізм самопізнання. Арттерапія як метод самопізнання. Індивідуальна і групова психологічна робота як спосіб самопізнання. Рівні самопізнання.

**Запланована навчальна діяльність:** аудиторна – не менше 1/3 загального обсягу годин дисципліни..

**Форми (методи) навчання:** лекції (з використанням методів проблемного навчання і візуалізації); практичні заняття (з використанням тренінгів), самостійна робота (творчі завдання).

**Форми оцінювання результатів навчання:** тестові контролю; творчі завдання.

**Вид семестрового контролю:** залік.

### Навчальні ресурси:

1. Енциклопедичний словник з арт-терапії / О.Л. Вознесенська, О.М. Скнар, О.А. Бреусенко-Кузнєцов, О.О. Деркач, Л.В. Мова та ін.; [за заг. наук. ред. О.Л. Вознесенської, О.М. Скнар]. – Київ : Золоті ворота, 2017. – 312 с.
2. Подкоритова Л. О. Рефлексія, самопізнання, психологічна самопоміага: тренінги та арт-терапевтичні методики : навч.-метод. посіб. / Л. О. Подкоритова. – Видання друге, виправлене і доповнене – Хмельницький : Центр інноваційної психології та педагогії Хмельницького національного університету, 2018. – 128 с.
3. Модульне середовище для навчання. Доступ до ресурсу: <https://msn.khnu.km.ua/course/view.php?id=6924>
4. Електронна бібліотека університету. Доступ до ресурсу: [http://lib.khnu.km.ua/asp/php\\_f/page\\_lib.php](http://lib.khnu.km.ua/asp/php_f/page_lib.php).
5. Репозитарій ХНУ. Доступ до ресурсу: <http://elar.khnu.km.ua/jspui/?locale=uk>.

**Викладач:** кандидат психологічних наук, доцент Подкоритова Л. О.