

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ

Кафедра тележурналістики та майстерності актора

РОБОЧА ПРОГРАМА ОBOB'ЯЗКОВОЇ ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

ПСИХОЛОГІЯ

Галузь знань 06 Журналістика

Спеціальність 061 Журналістика

Освітня програма Журналістика

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Зведені дані про вивчення освітньої компоненти:

Форма навчання	Курс	Семестр	Кількість кредитів	Кількість годин	Аудиторні заняття						Самостійна робота	Семестровий контроль	
					Разом	Лекції	Практичні (семінарські) заняття	Лабораторні заняття	Дрібногрупові заняття	Індивідуальні заняття		Залік	Іспит
денна	3	5	2	60	20	20					40		
		6	2	60	22	22					38	6	

Психологія: робоча програма освітньої компоненти. Київ : КНУКіМ, 2022. 22 с.

Розробник:

Діденко М.С., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри тележурналістики та майстерності актора

Наведено рекомендації з вивчення освітньої компоненти «Психологія» основні теми для вивчення. Подано теми і плани лекцій, завдання для самостійної роботи здобувачів вищої освіти, перелік інформаційних джерел.

Рецензенти:

Грубі Т. В., канд. психол. наук, доцент (Київський університет імені Бориса Грінченка, доцент кафедри практичної психології)

Хілько С.В., канд. психол. наук, доцент (ДВНЗ Університет менеджменту освіти НАПН України)

Схвалено рішенням кафедри тележурналістики та майстерності актора Київського національного університету культури і мистецтв
Протокол № 15 від 27 червня 2022 р.

Рекомендовано до друку рішенням Вченої ради Київського національного університету культури і мистецтв
Протокол № 18 від 25 липня 2022 р.

ЗМІСТ

1. Мета та завдання, передумови вивчення освітньої компоненти	4
2. Структура освітньої компоненти	5
3. Програма освітньої компоненти	6
4. Теми і плани лекцій	11
5. Теми і завдання для самостійної роботи	14
6. Питання та завдання до заліку	17
7. Критерії оцінювання знань здобувачів та шкала оцінювання	19
8. Рекомендовані інформаційні джерела	21

1. Мета та завдання, передумови вивчення освітньої компоненти

Метою компоненти «Психологія» є формування основ психологічної культури особистості здобувача шляхом засвоєння базових науково-теоретичних та прикладних психологічних знань, набуття умінь їх використовувати у життєвих реаліях.

Завдання:

- розкриття теоретико-методичних основ психології та її принципів;
- сприяння розвитку особистості фахівця, формування стійкої життєвої позиції в суспільстві;
- формування культури здорового способу життя;
- засвоєння питань психології особистості, груп та міжгрупової взаємодії;
- отримання знань з психологічних основ спілкування та конфліктології;
- дослідження рівня розвитку різних особистісних якостей та умінь здобувачів;
- оволодіння системою способів та засобів спілкування, що впливають на ефективність міжособистісної взаємодії;
- використання здобувачами теоретичних та практичних знань в життєвих ситуаціях.

Предмет вивчення освітньої компоненти: основні закономірності розвитку та проявів психічних явищ як своєрідних, суб'єктивних переживань, образів, що відображаються у свідомості людини, її внутрішньому світі (психічні процеси, стани та властивості).

У результаті вивчення освітньої компоненти здобувачі вищої освіти повинні набути такі програмні компетентності:

загальні:

ЗК01. Здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях.

ЗК03. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК06. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК07. Здатність працювати в команді.

спеціальні (фахові, предметні):

СК04. Здатність організовувати й контролювати командну професійну діяльність.

Нормативний зміст підготовки здобувачів вищої освіти, сформульований у термінах результатів навчання (програмні результати навчання):

ПРН1. Пояснювати свої виробничі дії та операції на основі отриманих знань.

ПРН3. Оцінювати свій чи чужий інформаційний продукт, інформаційну акцію, що організована й проведена самостійно або разом з колегами.

ПРН6. Планувати свою діяльність та діяльність колективу з урахуванням цілей, обмежень та передбачуваних ризиків.

ПРН7. Координувати виконання особистого завдання із завданнями колег.

ПРН17. Планувати свою роботу та роботу колег, спрямовану як на генерування інформаційного контенту, так і створення медіапродукту, а також його промоцію.

Передумови вивчення освітньої компоненти. Освітня компонента «Психологія» базується на знаннях таких компонент: «Філософія», «Діловий етикет», «Соціальні комунікації».

2. Структура освітньої компоненти

№ з/п	Назва розділу і теми	Кількість годин					
		Усього годин	Аудиторні години				Самостійна робота
			Лекції	Практичні (семінарські)	Лабораторні	Індивідуальні	
Розділ 1. ПІЗНАННЯ І РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В СОЦІОКУЛЬТУРНОМУ ПРОСТОРІ							
1.1.	Психологія як наука. Вступ	12	2				10
1.2.	Пізнавальні процеси психіки особистості	16	6				10
1.3.	Поняття особистості в психології	16	6				10
1.4.	Психічні властивості особистості	16	6				10
	Разом за 1 розділ	60	20				40
	Разом за 5 семестр	60	20				40
Розділ 2. ПСИХОЛОГІЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ							
2.1.	Психологія спілкування	7	2				5
2.2.	Соціальна психологія груп	7	2				5
2.3.	Конфліктологія	7	2				5
2.4.	Психологія соціального впливу	9	4				5
	Разом за 2 розділ	30	10				20
Розділ 3. ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я ТА ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ							
3.1.	Психологія здоров'я	9	4				5
3.2.	Психологія праці	6	2				4
3.3.	Психологія мотивації	6	2				4
3.4.	Особистий тайм-менеджмент майбутнього фахівця	9	4				5
	Разом за 3 розділ	30	12				18
	Разом за 6 семестр	60	22				38
	Всього	120	42				78

3. Програма освітньої компоненти

РОЗДІЛ 1. ПІЗНАННЯ І РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В СОЦІОКУЛЬТУРНОМУ ПРОСТОРИ

ТЕМА 1.1. ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА. ВСТУП

Історія виникнення психології, її завдання на сучасному етапі розвитку. Основні етапи розвитку психологічних знань. Основні галузі й напрями психологічних знань, зв'язок психології з іншими науками. Різниця між науковою та «життєвою» психологією. Базові зарубіжні та вітчизняні психологічних теорій і концепцій. Зв'язок психології з іншими науками та галузі психології. Методологічна основа психології. Основні принципи: принцип детермінізму (причинної зумовленості) психічних явищ матеріальної дійсності; принцип розвитку, або генетичний принцип, який розглядає всі психічні явища в їх розвитку; принцип нерозривному взаємозв'язку психіки і діяльності; принцип системності, який описує і пояснює основні види зв'язку між різними сторонами психіки, сферами психічного. Міфи і факти про психологію.

ТЕМА 1.2. ПІЗНАВАЛЬНІ ПРОЦЕСИ ПСИХІКИ ОСОБИСТОСТІ

Структура основних проявів психіки особистості та їх взаємодії. Когнітивна сфера особистості. Особливості відчуттів, сприймань, пам'яті, уваги, мислення, уяви. Мова і мовлення.

Поняття відчуття. Види. Механізми. Загальні особливості відчуття: адаптація, сенсibilізація, синестезія. Роль відчуттів у професійній діяльності.

Поняття сприймання. Сприймання та відчуття. Головні характеристики сприймання. Роль сприймання у професійній діяльності.

Поняття уваги. Головні характеристики. Рівні уваги: безпосередня, посередня, післяпосередня. Розвиток уваги. Роль уваги у професійній діяльності.

Поняття пам'яті. Головні процеси пам'яті. Види пам'яті. Роль пам'яті у професійній діяльності.

Поняття мислення. Мова та мислення. Соціальний характер мислення. Логічні форми мислення: поняття, міркування, умовивід. Психологія мислення: аналіз, синтез, узагальнення. Види мислення.

ТЕМА 1.3. ПОНЯТТЯ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ

Категорія особистості у психології, її зв'язок з поняттями «людина», «індивід», «індивідуальність». Поняття індивіда та особистості. Особливості сучасних теорій особистості. Особистість та індивідуальність.

Сутнісні властивості та структура особистості. Фактори формування особистості. Структура особистості: спрямованість, індивідуально-психологічні властивості особистості, соціально-психологічна характеристика, соціально-генетичні аспекти. Свідоме і несвідоме в особистості. Самосвідомість, «Я-

концепція» та її компоненти (когнітивний, емоційно-оцінний, поведінковий). Самооцінка, її види за рівнем (висока, середня, низька), співвіднесенням з реаліями (адекватна, неадекватна), особливістю функціонування (конфліктна, безконфліктна). Самоповага та рівень домагань. Самоактуалізація та самореалізація особистості.

ТЕМА 1.4. ПСИХІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Поняття про темперамент. Історичні аспекти розвитку вчення про темперамент. Фізіологічні основи темпераменту. Типи темпераменту залежно від типу вищої нервової діяльності: меланхолік, холерик, сангвінік, флегматик. Властивості темпераменту. Роль темпераменту у професійній діяльності.

Поняття про характер, його фізіологічні основи. Природні та соціальні чинники формування характеру людини. Провідні риси характеру – морально-ціннісні, емоційно-вольові, когнітивно-пізнавальні. Акцентуації рис характеру, питання їх класифікації.

Поняття про здібності людини. Природні та соціальні фактори формування здібностей. Співвідношення здібностей та задатків.. Види здібностей (загальні та спеціальні). Здібності та типологія людей Творчі здібності та рівні їх розвитку (обдарованість, талановитість, геніальність). Поняття коефіцієнту інтелектуальної обдарованості та таланту. Формування здібностей.

РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ

ТЕМА 2.1. ПСИХОЛОГІЯ СПІЛКУВАННЯ

Поняття про спілкування, його функції, види та структура спілкування. Три боки процесу спілкування:– комунікативний, перцептивний, інтерактивний.

Психологічні основи міжособистісного сприйняття та пізнання людьми одне одного. Характеристика основних механізмів соціальної перцепції – ідентифікації, емпатії, рефлексії. Проблема адекватності розуміння та оцінювання партнерів зі спілкування, роль у цих процесах сформованих психологічних установок, ефектів «ореолу», атракцій (механізмів утворення емоційного контакту).

Види спілкування: за результативністю спільної взаємодії та досягнутим ефектом виокремлюють такі види спілкування (необхідне, бажане, нейтральне, небажане); за безпосередністю контактів розрізняють (міжособистісне, масове); за типом зв'язків між учасниками взаємодії виокремлюють (монологічне, діалогічне); за тривалістю взаємодії (довготривале, короткочасне), конфліктне спілкування.

Вербальне спілкування: розмовна, літературна, штучна, письмова, усна мова. Невербальне спілкування як мова жестів і почуттів. Невербальна поведінка. Співвідношення вербальних та невербальних засобів спілкування.

Бар'єри спілкування та їх види і класифікація.

Мова тіла. Характеристика жестів голови, тулуба, кінцівок, посмішка, міжкультурні особливості жестикуляції.

ТЕМА 2.2. СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ ГРУП

Класифікація груп. Поняття про великі соціальні групи, їх різновиди та особливості. Приналежність людини до великих соціальних груп як основа набуття відповідної ментальності – національної, професійної, релігійної, культурної тощо.

Поняття про малі соціальні групи, їх види та особливості. Міжособистісний характер взаємодії людей у малих соціальних групах. Проблема лідерства у малих соціальних групах та керівництва ними, їх стилі. Рівні розвитку груп. Рівні розвитку малих соціальних груп від формальних і стихійних до формування колективу та команди.

Сім'я як специфічна соціальна група, види сімей. Життєві цикли сім'ї. Функціонально-рольова структура сім'ї як малої соціальної групи. Внутрішні і зовнішні межі сім'ї. Різновиди сімейних ролей: формальні, функціональні, неформальні.

Лідерство і керівництво у малих групах.

ТЕМА 2.3. КОНФЛІКТОЛОГІЯ

Поняття про конфлікт, причини його виникнення. Функції конфлікту. Типи конфліктної взаємодії. Структура та динаміка конфлікту.

Конструктивні і деструктивні форми соціальної взаємодії як причини конфліктів. Конфліктні типи особистості та прийоми спілкування з ними. Стратегії поведінки в конфлікті: суперництво, співробітництво, поступливість, приниження, пристосування, пасивність. Основні тактики поведінки в конфлікті.

Медіація – метод вирішення та урегулювання конфліктів.

ТЕМА 2.4. ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОГО ВПЛИВУ

Соціально психологічний вплив як сутність буття. Усвідомлений і неусвідомлений вплив. Інтернет-середовище як фактор соціального впливу. Вплив соціальних мереж на психіку особистості. Хейт і критика. Складові іміджу професіонала. Психотехнологія створення іміджу. Ключові іміджеві характеристики об'єкта.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я ТА ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ

ТЕМА 3.1. ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я

Поняття «здоров'я». Компоненти здоров'я людини. Здорова особистість в психологічному просторі. Розуміння психологічного здоров'я особистості та міфи про психічне здоров'я.

Види та функції механізмів психологічного захисту особистості, їх характеристика. Використання психологічного захисту в процесі життєдіяльності людини.

Основні механізми психологічного захисту: заперечення, придушення, раціоналізація, витіснення, сублімація, катарсис, проекція, ідентифікація, заміщення, сновидіння.

Стрес і здоров'я людини. Вчення Г. Сельє: фактори і фази стресу.

Стиль життя і залежності людини. Нехімічні види залежностей. Класифікація, соціально прийнятні та неприйнятні форми залежностей. Критерії діагностики нехімічних залежностей. Гемблінг, технологічні залежності (комп'ютерні ігри та Інтернет), харчова, релігійна. Залежність від стосунків.

Теорії залежності. Різновиди хімічної і психологічної залежностей. Характеристика хімічних залежностей: алкоголізм, паління, наркоманія. Особливості їх негативного впливу на здоров'я людини. Характеристика психологічних видів залежності людини: шопоголізм, медіа-залежність, харчова, сексуальна, ігрова, емоційна тощо. Профілактика адиктивної поведінки особистості.

Тривожність і методи боротьби з нею.

ВІЛ та інші ІПСШ та способи самозахисту.

ТЕМА 3.2. ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

Психологічний зміст категорії «діяльність» і «праця». Розвиток мотиву діяльності та оволодіння діяльністю. Спонукальна та регуляційна функції поведінки людини. Визначення поняття «кар'єра». Адаптивно-розвиваюча концепція. Ефективність та планування кар'єри.

Професійно важливі якості. Вибір успішної професії. Професійне становлення суб'єкта праці. Стадії та етапи розвитку професіоналізму. Принципи визначення професійної придатності та процес її формування. Професії типу «людина-людина». Професіоналізм та моделі фахівця. Прогнозування успішності діяльності.

Етапи розвитку конкурентоспроможності фахівця на сучасному ринку праці. Ключові характеристики конкурентоспроможної особистості: рефлексивність, спрямованість, компетентність, гнучкість. Професійна придатність та професіоналізм.

Самореалізація в професійній діяльності. Поняття про кар'єру. Корпоративна культура фахівця.

ТЕМА 3.3. ПСИХОЛОГІЯ МОТИВАЦІЇ

Місце мотивації в системі соціально-трудових відносин та менеджменті персоналу. Мотивація персоналу як наука і сфера практичної діяльності. Потреби як провідна ланка мотивації персоналу, їх класифікація. Психологічні аспекти мотивації. Сутність і значення категорій: «мотив», «інтерес», «стимул», «стимулювання». Потреби як провідна ланка мотивації персоналу, їх класифікація.

Механізми мотивації. Класифікація сучасних теорій мотивації. Загальна характеристика змістових теорій мотивації персоналу. Вплив сучасних

змістових теорій мотивації на практику менеджменту персоналу. Процесуальні теорії мотивації персоналу: загальна характеристика, внесок у розвиток теорії мотиваційного менеджменту

Ієрархія і зміна мотивів. Типи мотивів. Фактори, які визначають рівень мотивації досягнення. Просоціальні (суспільно-значущі) мотиви. Зовнішні та внутрішні цілі. Психологічні особливості зовнішньої та внутрішньої мотивації.

ТЕМА 3.4. ОСОБИСТИЙ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ

Методи планування діяльності та ефективного управління часом. Принципи та методи тайм-менеджменту. Особистий та корпоративний тайм-менеджмент. Індивідуальний фонд часу і його структура. Поняття часової перспективи. Внутрішні концепції часу.

Принципи планування: Пропорція Паретто (20/80), Правило Л. Зайверта (60/20/20), Метод пріоритетного планування ABC (15/20/65)

Цілепокладання та визначення пріоритетних напрямків діяльності. Критерії пріоритетності. «Дерево цілей», «SMART» технологія постановки цілей.

Баланс між роботою та особистим життям.

4.Теми і плани лекцій

Тема 1.1. Психологія як наука. Вступ

План

1. Визначення психології та історичні етапи розвитку психології.
2. Об'єкт, предмет та основні завдання психології як науки та освітньої компоненти.
3. Галузі психології.
4. Наукова та життєва психологія.
5. Методи психологічного дослідження.

Рекомендовані інформаційні джерела: 5, 8, 9, 13, 16, 17, 29.

Тема 1.2. Пізнавальні процеси психіки особистості

План

1. Структура основних форм прояву психіки особистості та їх взаємодії.
2. Поняття відчуття. Види. Механізми.
3. Загальні особливості відчуття: адаптація, сенсibilізація, синестезія. Роль відчуттів у професійній діяльності.
4. Поняття сприймання. Сприймання та відчуття. Головні характеристики сприймання.
5. Поняття уваги. Головні характеристики. Рівні уваги.
6. Поняття пам'яті. Головні процеси пам'яті. Види пам'яті.
7. Поняття мислення. Мова та мислення. Логічні форми мислення: поняття, міркування, умовивід.

Рекомендовані інформаційні джерела: 4, , 5, 8, 13, 22, 29.

Тема 1.3. Поняття особистості в психології

План

1. Категорія особистості у психології, її зв'язок з поняттями «людина», «індивід», «індивідуальність».
2. Особливості сучасних теорій особистості.
3. Сутнісні властивості та структура особистості., Я-концепція
4. Фактори формування особистості.
5. Свідоме і несвідоме в особистості.
6. Самооцінка її види та фактори формування.

Рекомендовані інформаційні джерела: 2, 5, 7, 8, 9, 13, 17, 19, 21.

Тема 1.4. Психічні властивості особистості

План

1. Поняття про темперамент.
2. Типи темпераменту залежно від типу вищої нервової діяльності: меланхолік, холерик, сангвінік, флегматик.
3. Поняття про характер, його фізіологічні основи.

4. Провідні риси характеру – морально-ціннісні, емоційно-вольові, когнітивно-пізнавальні.
5. Акцентуації рис характеру, питання їх класифікації.
6. Роль темпераменту та характеру у професійній діяльності.
7. Поняття про здібності людини.
8. Види здібностей (загальні та спеціальні).
9. Творчі здібності та рівні їх розвитку (обдарованість, талановитість, геніальність).
10. Формування здібностей.

Рекомендовані інформаційні джерела: 5, 8, 9, 13, 16, 17, 29.

Тема 2.1. Психологія спілкування

План

1. Поняття про спілкування, його функції, види та структура спілкування.
2. Засоби спілкування. Види мовлення. Види та механізми соціальної комунікації.
3. Вербальна комунікація. Знакові системи невербального спілкування.
4. Соціально-психологічні механізми комунікативного впливу на свідомість особистості.
5. Бар'єри спілкування.
6. Мова тіла.

Рекомендовані інформаційні джерела: 3, 4, 11, 21, 22.

Тема 2.2. Соціальна психологія груп

План

1. Класифікація груп.
2. Поняття про великі та малі соціальні групи, їх різновиди та особливості.
3. Рівні розвитку груп. Колектив.
4. Сім'я як специфічна соціальна група, види сімей. Життєві цикли сім'ї.
5. Лідерство та керівництво у малих групах.

Рекомендовані інформаційні джерела: 7, 10, 11, 9, 24, 32.

Тема 2.3. Конфліктологія

План

1. Поняття про конфлікт, причини його виникнення.
2. Функції конфлікту в професійному просторі.
3. Типи конфліктної взаємодії.
4. Міжособистісні стилі вирішення конфліктів.
5. Стратегії поведінки в конфлікті.

Рекомендовані інформаційні джерела: 7, 14, 15, 30.

Тема 2.4. Психологія соціального впливу

План

1. Соціально психологічний вплив як сутність буття. Усвідомлений і неусвідомлений вплив.
2. Інтернет-середовище як фактор соціального впливу. Вплив соціальних мереж на психіку особистості.
3. Хейт і критика.
4. Складові іміджу професіонала.
5. Психотехнологія створення іміджу.

Рекомендовані інформаційні джерела: 11,19, 20, 28, 29.

Тема 3.1. Психологія здоров'я

План

1. Поняття «здоров'я». Компоненти здоров'я людини
2. Розуміння психологічного здоров'я особистості та міфи про психічне здоров'я
3. Механізми психологічного захисту
4. Стиль життя і залежності людини.
5. Стрес і здоров'я людини.
6. Тривожність і методи боротьби з нею.
7. ВІЛ та інші ПСШ та способи самозахисту
8. Індивідуальні практики збереження здоров'я.

Рекомендовані інформаційні джерела: 6, 20, 25, 28, 31.

Тема 3.2. Психологія праці

План

1. Психологічний зміст категорії «діяльність» і «праця».
2. Професійно важливі якості.
3. Професійне становлення суб'єкта праці. Стадії та етапи розвитку професіоналізму.
4. Поняття про кар'єру.

Рекомендовані інформаційні джерела: 15, 21, 27, 30.

Тема 3.3. Психологія мотивації

План

1. Потреби як провідна ланка мотивації персоналу, їх класифікація.
2. Сутність і значення категорій: «мотив», «інтерес», «стимул», «стимулювання».
3. Механізми мотивації.
4. Ієрархія і зміна мотивів. Типи мотивів.
5. Теорії мотивації: змістові та процесуальні.
6. Сучасна концепція мотивації: мотивація 3.0.

Рекомендовані інформаційні джерела: 15, 21, 27, 30.

Тема 3.4. Особистий тайм-менеджмент майбутнього фахівця

План

1. Методи планування діяльності та ефективного управління часом.
2. Принципи та методи тайм-менеджменту.
3. Індивідуальний фонд часу і його структура. Поняття часової перспективи.
4. Цілепокладання та визначення пріоритетних напрямків діяльності: «Дерево цілей», «SMART» технологія постановки цілей.
5. Баланс між роботою та особистим життям.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 4, 8, 15, 26.

5. Теми і завдання для самостійної роботи

Тема 1.1. Психологія як наука. Вступ

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Основні напрямки психологічного знання.
2. Характеристика галузей психології.

Практичні завдання

Подивитись відео План на завтра. Психолог і тренер зі щастя Алла Клименко, <https://youtu.be/WQc1eM29djs>

Рекомендовані інформаційні джерела: 5, 8, 9, 13, 16, 17, 29.

Тема 1.2. Пізнавальні процеси психіки особистості

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Роль відчуттів, сприйняття, уваги, пам'яті та уяви у професійній діяльності.
2. Соціальний характер мислення.

Практичні завдання

Пройти тести на вимірювання уваги та пам'яті.

Рекомендовані інформаційні джерела: 4, , 5, 8, 13, 22, 29.

Тема 1.3. Поняття особистості в психології

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Структура особистості.
2. Характеристика спрямованості особистості.

Практичні завдання

Подивитись відео лекцію психологині Євгенії Стрельнікової. Здорова самооцінка і любов до себе: ультимативний гайд // <https://youtu.be/NayFvKFZNAA>.

Рекомендовані інформаційні джерела: 2, 5, 7, 8, 9, 13, 17, 19, 21.

Тема 1.4. Психічні властивості особистості

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Поняття коефіцієнту інтелектуальної обдарованості та таланту.

2. Дослідити різні підходи до типології характеру.
3. Підготувати рекомендації щодо розвитку характеру.

Практичні завдання

1. Визначити свій тип темпераменту, зробити тест «Формула темпераменту».
2. Пройти тест на визначення акцентуацій характеру.
3. Пройти тест на визначення креативного потенціалу.

Рекомендовані інформаційні джерела: 5, 8, 9, 13, 16, 17, 29.

Тема 2.1. Психологія спілкування

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Види та механізми соціальної комунікації.
2. Соціально-психологічні механізми комунікативного впливу на свідомість особистості.

Практичні завдання

1. Пройти тест КОС.
2. Подивитись відео про мову тіла за посиланням:
Як моментально читати людей https://youtu.be/-r60Udrv_oI

Рекомендовані інформаційні джерела: 3, 4, 11, 21, 22.

Тема 2.2. Соціальна психологія груп

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Види соціальних груп.
2. Форми поведінки людини в процесі міжособистісного спілкування.

Практичні завдання

1. Скласти соціально-психологічну характеристику власної групи за видами.
2. Визначення сімейних позицій (за власним спостереженням).

Рекомендовані інформаційні джерела: 7, 10, 11, 9, 24, 32.

Тема 2.3. Конфліктологія

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Конструктивні і деструктивні форми соціальної взаємодії як причини конфліктів.
2. Принципи медіації та її застосування.

Практичні завдання

1. Навести приклади різних типів конфлікту.
2. Розробити рекомендації щодо застосування різних стилів розв'язування конфліктів.

Рекомендовані інформаційні джерела: 7, 14, 15, 30.

Тема 2.4. Психологія соціального впливу

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Механізми маніпулятивного впливу.

2. Тактики маніпулятивного впливу: демонстрація слабкості, безпорадності, лестощі, обман.

Практичні завдання

Розробити рекомендації як відрізнити хейт від конструктивної критики.

Рекомендовані інформаційні джерела: 11, 19, 20, 28, 29.

Тема 3.1. Психологія здоров'я

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Обґрунтування поняття «здоровий спосіб життя» за суб'єктивною картиною.
2. Стиль життя і залежності людини.

Практичні завдання

1. Обґрунтувати професійні ризики суб'єктивного здоров'я (за професійним вибором)
2. Пройти тест на визначення рівня тривожності та стресостійкості.

Рекомендовані інформаційні джерела: 6, 20, 25, 28, 31.

Тема 3.2. Психологія праці

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Імідж в професійній реалізації особистості.
2. Діловий та особистісний імідж.
3. Самореалізація в професійній діяльності.

Практичні завдання

Дослідити корпоративну культуру свого місця роботи (або місця роботи батьків чи друзів). Визначити тип та принципи взаємодії.

Рекомендовані інформаційні джерела: 15, 21, 27, 30.

Тема 3.3. Психологія мотивації

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Механізми мотивації.
2. Процесуальні теорії мотивації.

Практичні завдання

Пройти тест «Цілеорієнтована мотивація Річі-Мартіна» або «Мотиви діяльності».

Рекомендовані інформаційні джерела: 15, 21, 27, 30.

Тема 3.4. Особистий тайм-менеджмент майбутнього фахівця

Перелік питань для самостійної роботи здобувачів освіти

1. Особистий та корпоративний тайм-менеджмент
2. Внутрішні концепції часу.

Практичні завдання

Скласти власний план на рік та перевірити чи відповідає від технології SMART.

Рекомендовані інформаційні джерела: 1, 4, 8, 15, 26.

6. Питання та завдання до заліку

1. Психологія як наука, предмет і завдання та історичні етапи розвитку.
2. Психіка людини і її властивості.
3. Пізнавальні процеси психіки особистості.
4. Поняття про відчуття.
5. Поняття про мислення.
6. Поняття про пам'ять та її види.
7. Поняття про увагу та її види.
8. Уява та мова і мовлення.
9. Види спілкування.
10. Функції спілкування.
11. Поняття про особистість, її сутнісні властивості, фактори формування та розвитку.
12. Основні теорії особистості та їх характеристика.
13. Структура особистості, роль самосвідомості людини та її спрямованості.
14. Самооцінка та рівень домагань у структурі особистості.
15. Сприймання, його види.
16. Процеси пам'яті, умови й засоби її зміцнення та продуктивного використання.
17. Темперамент людини та його фізіологічні основи.
18. Характеристика типів темпераменту.
19. Характер, його риси, передумови формування.
20. Акцентуації характеру.
21. Особливості взаємозв'язку темпераменту і характеру людини. Їх основні відмінності.
22. Роль задатків і здібностей у життєдіяльності особистості.
23. Здібності, основні фактори їх формування та розвитку. Види здібностей. Творчі здібності.
24. Рівні розвитку здібностей та їх характеристика.
25. Проблема групи в соціальній психології, їх види і класифікації.
26. Загальна характеристика великих соціальних груп, їх види.
27. Мала група як соціально-психологічне явище.
28. Види та ознаки малих соціальних груп, їх структура.
29. Лідерство і керівництво в малій групі, їх стилі.
30. Сім'я як вид малої групи, її функції, типи.
31. Спілкування в структурі суспільних відносин і міжособистісних стосунків.
32. Вербальні і невербальні засоби міжособистісного спілкування.
33. Психологічні способи впливу у процесі спілкування.
34. Комунікативні бар'єри та способи їх подолання.

35. Поняття про конфлікт, причини його виникнення та функції.
36. Типи конфліктної взаємодії та їх характеристика.
37. Стили вирішення конфліктів.
38. Психотехнологія створення іміджу.
39. Складові особистісного іміджу.
40. Самореалізація в професійній діяльності.
41. Поняття про кар'єру.
42. Типи конфліктної взаємодії.
43. Міжособистісні стилі вирішення конфліктів.
44. Функції конфліктів.
45. Розуміння психологічного здоров'я особистості.
46. Стрес і здоров'я людини. Вчення Г. Сельє: фактори і фази стресу.
47. Емоційне вигорання і професійна деформація особистості, їх профілактика.
48. Професійне здоров'я особистості.
49. Здоровий спосіб життя та особисте благополуччя.
50. Копінг-стратегії в профілактиці професійних стресів.
51. Поняття лідерства та керівництва.
52. Механізми психологічного захисту.
53. Психологічний зміст поняття «діяльність» і «праця».
54. Самореалізація в професійній кар'єрі.
55. Поняття «мотив», «стимул» та «інтерес». Теорії мотивації.
56. Потреби людини: поняття та види.
57. Поняття тайм-менеджменту.
58. Цілепокладання та визначення пріоритетів.
59. Методи боротьби з тривожністю особистості.
60. Функції емоцій.

Творчі завдання (одне на вибір)

- 1) Написати 5-10 речень, який стиль реагування у конфліктних ситуаціях на вашу думку є найоптимальнішим і чому.
- 2) Описати життєву ситуацію (або професійну) де ви використали той чи інший стиль реагування на конфлікт? Чи дало це результат який ви очікували? Чи можна було б відреагувати по-іншому і це призвело б до кращого результату?
- 3) Описати різницю між іміджем та репутацією людини. Що є важливішим? Чи залежить одне від іншого? Чи важливо це в сучасному світі?
- 4) Описати тип темпераменту однієї з відомих особистостей. Обґрунтувати свої здогадки.

7. Критерії оцінювання знань здобувачів та шкала оцінювання

А (90-100 балів) заслуговує відповідь здобувача, який виявляє бездоганні знання предмета і методів психології як науки; структури особистості, її соціально-психологічних типів, психічних процесів, станів і властивостей; психотехнологій створення іміджу; етапів розвитку конкурентоспроможної особистості; видів залежностей і їх профілактики; психологічних основ спілкування та конфліктології; функцій, структури, видів і засобів спілкування; способів впливу на людей під час спілкування; соціально-психологічних особливостей колективу; особливостей спілкування у малих групах; типів конфліктної взаємодії, міжособистісних стилів вирішення конфліктів; виявляє бездоганні вміння та навички у застосуванні різноманітних видів, форм та засобів спілкування під час колективного обговорення проблем, у публічних виступах.

При цьому також враховується активність здобувача на лекційних заняттях, виконання передбаченого програмою обсягу самостійної роботи.

В (84–89 балів) заслуговує відповідь здобувача на всі залікові питання з можливими окремими неточностями щодо предмета і методів психології як науки; структури особистості, її соціально-психологічних типів, психічних процесів, станів і властивостей; психотехнологій створення іміджу; етапів розвитку конкурентоспроможної особистості; видів залежностей і їх профілактики; психологічних основ спілкування та конфліктології; функцій, структури, видів і засобів спілкування; способів впливу на людей під час спілкування; соціально-психологічних особливостей колективу; особливостей спілкування у малих групах; типів конфліктної взаємодії, міжособистісних стилів вирішення конфліктів; виявляє бездоганні вміння та навички у застосуванні різноманітних видів, форм та засобів спілкування під час колективного обговорення проблем, у публічних виступах тощо.

Також враховується активність здобувача на лекційних заняттях, виконання передбаченого програмою обсягу самостійної роботи.

С (74–83 балів) заслуговує відповідь здобувача на всі залікові питання з неточностями, помилками, неповнотою аргументації щодо предмета і методів психології як науки; структури особистості, її соціально-психологічних типів, психічних процесів, станів і властивостей; психотехнологій створення іміджу; етапів розвитку конкурентоспроможної особистості; видів залежностей і їх профілактики; психологічних основ спілкування та конфліктології; функцій, структури, видів і засобів спілкування; способів впливу на людей під час спілкування; соціально-психологічних особливостей колективу; особливостей спілкування у малих групах; типів конфліктної взаємодії, міжособистісних стилів вирішення конфліктів; виявляє бездоганні вміння та навички у застосуванні різноманітних видів, форм та засобів спілкування під час колективного обговорення проблем, у публічних виступах тощо.

При цьому також враховується його активність на лекційних заняттях, виконання передбаченого програмою обсягу самостійної роботи й індивідуальних творчих завдань освітньої компоненти «Психологія».

D (66–73 балів) заслуговує відповідь здобувача на тестові питання, в якій допущені грубі помилки, незнання навчального матеріалу в межах програми навчального курсу.

При цьому також враховується його активність на лекційних заняттях, виконання передбаченого програмою обсягу самостійної роботи й індивідуальних творчих завдань освітньої компоненти «Психологія».

E (61–65 балів) заслуговує відповідь здобувача на тестові питання, які значною мірою не демонструють розуміння суті теоретичних питань, як наслідок частого невідвідування лекційних занять та несистематичним виконанням передбаченого програмою обсягу самостійної роботи й індивідуальних творчих завдань освітньої компоненти «Психологія».

FX (21–60 балів) виставляється здобувачеві, який не продемонстрував належного рівня знань навчального матеріалу в межах програми курсу «Психологія»; припустився грубих змістовних помилок, які свідчать про відсутність відповідних знань або їх поверховість; не виконав жодного самостійного та індивідуального завдання, передбаченого навчальною програмою; не вміє узагальнювати та обґрунтовувати власну думку з теоретичних основ освітньої компоненти. Здобувач може бути допущений до повторного складання заліку.

F (0–20 балів) виставляється здобувачу, які не орієнтуються в теоретичних питаннях навчального матеріалу в межах програми курсу; не виконав жодного самостійного завдання, передбаченого навчальною програмою; не відвідав жодного лекційного заняття, а тому обов'язково зобов'язаний повторно прослухати та вивчити освітню компоненту «Психологія».

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для іспиту, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90–100	A	відмінно	зараховано
84–89	B	добре	
74–83	C		
66–73	D	задовільно	
61–65	E		
21–60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	незадовільно з можливістю повторного складання
0–20	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням освітньої компоненти	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням освітньої компоненти

8. Рекомендовані інформаційні джерела

Основна література

1. Варій М.Й. Психологія особистості : навчальний посібник рекомендований МОН України Київ : Центр учбової літератури, 2008. 592 с.
2. Волянська О.В. Соціальна психологія: навч. посіб. Київ : Знання, 2008. 275 с.
3. Дубравська Д. М. Основи психології: навч. посіб. Львів : Світ, 2001. 296 с.
4. Долинська Л. В., Скрипченко О. В., Огороднійчук З. В. Загальна психологія: підручник. Київ : Либідь, 2005. 464 с.
5. Калюжна Є.М. Теоретико-методологічні проблеми психології: навч. посіб. Київ : ІПК ДСЗУ, 2019. 136 с.
6. Козлова О.А. Соціальна психологія особистості та спілкування : практикум для здобувачів спеціальності 6.030101 «Соціологія». Харків : НТУ «ХП», 2017. 172 с.
7. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія : схеми, опорні конспекти, методики: навчальний посібник для здобувачів вищих навчальних закладів / за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ніка-Центр, Ельга, 2010. 320 с.
8. Ложкін Г.В., Воляннюк Н.Ю., Сотик О.О. Психологія праці: навч. посіб. / за заг. ред Г.В. Ложкіна. Хмельницький : ХНУ, 2013. 191 с.
9. Максименко С. Д. Загальна психологія: навчальний посібник для ВНЗ; Міністерство освіти та науки України. Київ : Центр учбової літератури, 2016. 272 с.
10. Мацко Л. А., Прищак М. Д. Основи психології та педагогіки : навч. посіб. Вінниця: ВНТУ, 2009. 158 с.
11. Москаленко В. В. Соціальна психологія : підручник для здобувачів ВНЗ. 2-е вид. Київ : ЦНЛ, 2008. 688 с.
12. Олійник О.О. Соціальна психологія: навч. посіб. Київ : ТОВ «Лів-Принт», 2014. 264 с.
13. Павелків Р. В. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / ред. Л. А. Василенко. 3-є вид., допов. Київ : Кондор, 2009. 576 с.
14. Петрінко В.С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці: навч. посіб. Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.
15. Рибалка В.В. Методологічні проблеми наукової психології: посібник. Київ : Талком, 2017. 245 с.
16. Русинка І. І. Психологія: навч. посіб. Київ : Знання, 2007. 367 с.
17. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Загальна психологія: навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 296 с.
18. Столяренко. Психологія особистості: навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 280 с.
19. Толкунова І.В., Гринь О.Р., Смоляр І.І., Голєць О.В. Психологія здоров'я людини / за ред. І.В. Толкунової. Київ : 2018. 156 с.
20. Філоненко М.М. Психологія спілкування: навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 224 с.

21. Цимбалюк І. М., Яницька О. Ю. Загальна психологія. Модульно-рейтинговий курс для здобувачів вищих навчальних закладів. Київ : Професіонал, 2004. 304 с.

Допоміжна література

22. Дубравська Д. М. Основи психології : навч. посіб. Львів : Світ, 2001. 296 с.
23. Кокур О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога: метод. посіб. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 310 с.
24. Кові С. Р. 7 звичок надзвичайно ефективних людей / пер. з англ. О. Любенко. 2-ге вид., стер. Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2014. 384 с.
25. Лукашевич Н.П. Теорія і практика самоменеджменту: навч. посіб. 2-е вид. Київ : МАУП, 2002. 360 с.
26. Мухамед'яров Н. Н. Формування здорового способу життя: теоретичний аспект. *Вісник Харківської державної академії культури*. 2013. Вип. 39. С. 249-256.
27. Основи психології: підручник / за заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. Київ : Либідь, 2002. 632 с.
28. Помиткіна Л.В. Психологія праці : Методичні рекомендації для організації самостійної роботи здобувачів. Київ : НАУ, 2006. 28 с.
29. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навч. посіб. / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна; заг. редакція М. С. Корольчука. Київ : Фірма «ІНКІОС», 2002. 272 с.
30. Психологія : підручник / за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ : Либідь, 2001. 390 с.
31. Цимбалюк І. М. Психологія. Київ : Професіонал, 2004. 214 с.
32. Яхно Т.П., Куревіна І.О. Конфліктологія та теорія переговорів: навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 175 с.

Інформаційні ресурси

1. <https://edu.mh4u.in.ua/>
2. <https://i-cbt.org.ua/libr/>
3. <http://chitalka.info/psy.html> – Електронні підручники онлайн «Психологія».
4. <http://psych.kiev.ua/nma-referats/fla-refers/lang-1/referat-109/referatpart>
5. <http://osvita.ua/school/psychology/> - osvita.ua.