

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 1 / 20

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
педагогічних технологій та освіти
впродовж життя

27 серпня 2024 р., протокол № 7

Голова Вченої ради

Оксана ЧЕРНИШ



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ПСИХОЛОГІЯ ПІЗНАВАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ ТА ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ»

для здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр»
спеціальності 053 «Психологія»
освітньо-професійна програма «Екстремальна психологія»
факультет педагогічних технологій та освіти впродовж життя
кафедра психології та соціального забезпечення

Схвалено на засіданні кафедри
психології та соціального
забезпечення

26 серпня 2024 р., протокол № 7

Завідувач кафедри

Марина ОКСЮТОВИЧ

Гарант освітньо-професійної
програми

Марина ОКСЮТОВИЧ

Розробник: кандидат філософських наук, доцент кафедри психології та соціального забезпечення ОКСЮТОВИЧ Марина, асистент кафедри психології та соціального забезпечення ГРИГОРЧУК Наталія.

Житомир
2024-2025 н. р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	<i>Екземпляр № 1</i>	<i>Арк 2 / 23</i>

Робоча програма навчальної дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси» для здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр» спеціальності 053 «Психологія» освітньо-професійна програма «Екстремальна психологія» затверджена Вченою радою факультету педагогічних технологій та освіти впродовж життя від 27 серпня 2024 р., протокол № 7.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 3 / 23

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів 3	Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»	Нормативна
Модулів – 1	Спеціальність: 053 «Психологія»	Рік підготовки:
Змістових модулів – 2		2-й
Загальна кількість годин – 90		Семестр
		3-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 2,6	Освітній рівень: «бакалавр»	Лекції
		32 год.
		Практичні, семінарські
		16 год.
		Лабораторні
		– год.
		Самостійна робота
		42 год.
Індивідуальні завдання		
	Вид контролю:	
	екзамен	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 53% / 47%.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 4 / 23

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси» є формування у здобувачів вищої освіти цілісного уявлення про психологічні особливості людини як фактори успішності його діяльності; ознайомлення здобувачів з понятійним апаратом, що описує психологію пізнавальних і емоційно-вольових процесів; розроблення на цій основі підходів щодо вдосконалення застосування психотерапії та психокорекції в діяльності психолога.

Пізнавальні процеси забезпечують відображення об'єктивного змісту стимулів з внутрішнього і зовнішнього середовища. Вони не просто відображають навколишній світ, а й моделюють його, створюючи ситуації, які реально не існують. Це планування, мета, побудова програми діяльності. Пізнавальні процеси входять як складові одиниці в будь-яку людську діяльність, забезпечуючи її ефективність. Вони здійснюються у вигляді окремих пізнавальних дій, кожне з яких представляє собою цілісний технічний акт, що складається нероздільно з усіх видів психічних процесів. Дуже важливо вміти управляти своїми емоціями, розуміти їх природу, а також функції вольової регуляції.

Завдання навчальної дисципліни:

- детальне вивчення проявів і показників психічних пізнавальних процесів, що характерні для психологічної норми;
- виявлення особливостей і специфіки вираженості властивостей, видів, психофізіологічної ролі психічних пізнавальних процесів;
- формування у студентів умінь і навичок теоретичної методологічної психологічної роботи, спрямованої на дослідження психологічних особливостей пізнавальних процесів;
- розвиток у студентів умінь і навичок діагностики і оцінки функціональних проявів емоційно-вольових процесів.

В результаті вивчення дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси» студент повинен **знати**:

- мету вивчення та зміст дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси»; - предмет, цілі і завдання психології пізнавальних процесів;

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 5 / 23

- положення і теоретичні основи загальної психології;
- особливості та відмінні ознаки психічних пізнавальних процесів;
- особливості перебігу вольової діяльності людини;
- психологічні механізми вольової регуляції;
- специфіку діагностики емоційно-вольової сфери особистості.

Після вивчення дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси» студент повинен **уміти**:

- ідентифікувати та класифікувати психічні пізнавальні процеси;
- використовувати отримані знання про психічні пізнавальні процеси;
- володіти методами діагностики пізнавальних процесів;
- розрізняти специфічні особливості емоцій, почуттів, емоційних станів, емоційних характеристик людини;
- проводити психологічну діагностику феноменів емоційної та вольової сфери осіб різного віку.

Методологія вивчення навчальної дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси» будується на взаємозв'язку теоретичних концепцій та тих практичних навичок, яких набувають студенти за результатами лекційних, практичних занять та самостійної роботи.

Відповідно до Стандарту вищої освіти України (перший (бакалаврський) рівень, галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальність 053 «Психологія»), змісту освітньо-професійної програми, опанування навчальної дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси» забезпечуватиме формування **інтегральної компетентності** (здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов), а також таких загальних (ЗК) та спеціальних компетентностей (СК):

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК12. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів)

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту.

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 6 / 23

СК13. Володіти навичками психологічного аналізу, прогнозу, надання практичних рекомендацій.

СК 14. Знати особливості надання психолого-консультативної та психотерапевтичної допомоги.

Отримані знання з навчальної дисципліни «Психологія пізнавальних процесів та емоційно-вольові процеси» стануть складовими таких **програмних результатів** навчання:

РН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

РН6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.

РН7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.

РН11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1.

Тема 1. Пізнавальні процеси - структура та функції, класифікація.

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Загальна характеристика пізнавальних психологічних процесів.
2. Місце пізнавальних процесів в психіці людини.
3. Структура основних форм прояву психіки особистості та їх взаємодії.
4. Основні функції пізнавальних процесів.
5. Класифікація пізнавальних процесів.

Тема 2. Характеристика основних психічних процесів: відчуття, сприйняття, увага.

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Відчуття як найпростіший психічний пізнавальний процес.
2. Психологія сприйняття. Види та властивості сприйняття.
3. Увага як психічний процес та психологічний стан людини.

Тема 3. Пам'ять та мислення як основні раціональні форми пізнання дійсності.

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Пам'ять. Види пам'яті.
2. Індивідуальні відмінності пам'яті.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 7 / 23

3. Поняття про мислення, його види. Основні мислительні операції.
4. Мислення. Індивідуальні особливості мислення.

Тема 4. Уява та мова як пізнавальні процеси.

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Визначення, види, функції та розвитку уяви.
2. Зв'язок уяви з іншими психічними процесами.
3. Мова як пізнавальний процес, види і функції мови.
4. Мова і мовлення, їх значення в спілкуванні.

Змістовий модуль 2.

Тема 5. Теоретичний аналіз емоційних процесів.

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Емоції: види та значення, прояви, механізм виникнення.
2. Функції емоцій. контроль емоцій.
3. Характеристика емоцій особистості. Роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю.

Тема 6. Поняття волі в психології

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Воля як психічний процес. Структура вольового акту.
2. Основні шляхи формування волі. Вольові якості.
3. Вольова дія. Структура вольового дії.

Тема 7. Теоретичний аналіз вольових процесів.

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Розвиток та виховання вольової активності людини.
2. Основні психологічні теорії волі.
3. Типи критеріїв волі та локус контролю.

Тема 8. Вплив психоемоційних станів на регуляцію та поведінку людини.

(ЗК2, ЗК3, ЗК8, ЗК12, СК9, СК11, СК13, СК14, РН1, РН6, РН7, РН11).

1. Професійні, вікові, статеві особливості емоційно-почуттєвої сфери людини.
2. Емоційно зумовлена поведінка та емоційні типи.
3. Саморегуляція емоційного стану.
4. Методики розвитку емоційного інтелекту та емпатії.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 8 / 23

4. СТРУКТУРА (ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН) НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Кредитні модулі	Змістові модулі	Кількість годин			
		Всього	Лекції	Практичні	Самостійна робота
№1	Змістовий модуль 1				
	Тема 1. Пізнавальні процеси - структура та функції, класифікація.	10	2	2	6
	Тема 2. Характеристика основних психічних процесів: відчуття, сприйняття, увага.	10	2	4	4
	Тема 3. Пам'ять та мислення як основні раціональні форми пізнання дійсності.	12	2	4	6
	Тема 4. Уява та мова як пізнавальні процеси.	10	2	4	4
	МКР №1	2	–	2	–
	Разом змістовий модуль 1	44	8	16	20
№2	Змістовий модуль 2				
	Тема 5. Теоретичний аналіз емоційних процесів.	10	2	2	6
	Тема 6. Поняття волі в психології.	10	2	4	4
	Тема 7. Теоретичний аналіз вольових процесів.	12	2	4	6
	Тема 8. Вплив психоемоційних станів на регуляцію та поведінку людини.	12	2	4	6
	МКР №2	2	–	2	–
Разом змістовий модуль 2	46	8	16	22	
РАЗОМ		90	16	32	42

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 9 / 23

5. ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ (ПРАКТИЧНИХ) ЗАНЯТЬ

№	Назва теми	К-ть годин
1.	Тема 1. Пізнавальні психічні процеси в діяльності студентів.	2
2.	Тема 2. Вибірковість сприймання. Індивідуальні відмінності сприймання. Типи сприймання: аналітичний та синтетичний, суб'єктивний та об'єктивний, художній та мислительний.	4
3.	Тема 3. Шляхи, прийоми і способи тренування і поліпшення пам'яті. Індивідуальні особливості пам'яті та здатності людини.	4
4.	Тема 4. Мрія як особливий вид уяви. Індивідуальні відмінності мовлення. Стилї мовлення.	4
5.	МКР №1	2
6.	Тема 5. Емоційні переживання в процесі самореалізації особистості.	2
7.	Тема 6. Афект як специфічний психоемоційний стан особистості	4
8.	Тема 7. Вчинок як вияв волі. Безвілля, його причини і переборення.	4
9.	Тема 8. Психологічні рекомендації щодо регуляції емоцій: методи, прийоми, техніки	4
10.	МКР №2	2
РАЗОМ		32

6. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Передбачається, що в період вивчення дисципліни студент самостійно виконує ситуаційні вправи, вивчає матеріал курсу в процесі підготовки до практичних занять та семінарів, а також в цілому перед сесією. Частка самостійної роботи при вивченні навчальної дисципліни складає 47 % (42 год).

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 10 / 23

Назва теми	Питання для самостійного опрацювання
Тема 1. Пізнавальні психічні процеси в діяльності студентів.	Робота над поняттями з теми: Відчуття та сприйняття, увага, пам'ять, мислення, уява, мова та мовлення, розуміння та інтерпретація, пізнавальна діяльність, психофізіологічні основи пізнання, когнітивні упередження, когнітивна гнучкість, інтелект і його типи, творче мислення, проблеми та інсайти в мисленні, розвиток пізнавальних процесів у різних вікових групах
Тема 2. Вибірковість сприймання. Індивідуальні відмінності сприймання. Типи сприймання: аналітичний та синтетичний, суб'єктивний та об'єктивний, художній та мислительний.	Робота над поняттями: вибірковість сприймання, індивідуальні відмінності у сприйманні, аналітичний та синтетичний типи сприймання, суб'єктивний та об'єктивний типи сприймання, художній та мислительний типи сприймання.
Тема 3. Шляхи, прийоми і способи тренування і поліпшення пам'яті. Індивідуальні особливості пам'яті та здатності людини.	Шляхи тренування пам'яті. Прийоми поліпшення пам'яті. Способи розвитку пам'яті у повсякденній діяльності. Індивідуальні особливості пам'яті людини. Типи пам'яті (зоровий, слуховий, моторний, змішаний). Здатності людини, пов'язані з пам'яттю: обсяг, швидкість, тривалість запам'ятовування.
Тема 4. Мрія як особливий вид уяви. Індивідуальні	Робота над поняттями: мрія як особливий вид уяви, індивідуальні відмінності мовлення, стилі мовлення. II. Підготувати відповіді на питання:

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 11 / 23

відмінності мовлення. Стили мовлення.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Що таке мрія як особливий вид уяви? Як вона відрізняється від інших форм уяви? 2. Яку роль відіграють мрії в психологічному розвитку особистості? 3. Які індивідуальні відмінності мовлення можуть виникати через особливості темпераменту та характеру? 4. Як стилі мовлення змінюються залежно від соціального контексту і ситуації спілкування?
Тема 5. Емоційні переживання в процесі самореалізації особистості.	<p>Робота над поняттями: емоційні переживання, самореалізація особистості, роль емоцій у досягненні особистісних цілей, психологічний процес самореалізації, стрес та емоційне вигорання в контексті самореалізації, емоційна інтелігенція та її вплив на самореалізацію.</p> <p>II. Підготувати відповіді на запитання:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Як емоційні переживання впливають на процес самореалізації особистості? 2. Які основні емоції супроводжують процес досягнення особистих цілей? 3. Як стрес та емоційне вигорання можуть впливати на самореалізацію? 4. Як позитивні емоції підтримують мотивацію та самооцінку в процесі самореалізації? 5. У чому полягає роль емоційної інтелігенції в процесі самореалізації особистості? 6. Як можна використовувати емоційні переживання для розвитку особистісного потенціалу та досягнення гармонії?
Тема 6. Афект як специфічний психоемоційний стан особистості	<p>Робота над поняттями: афект як специфічний психоемоційний стан особистості, характеристики афекту, причини та умови виникнення афекту, вплив афекту на поведінку та прийняття рішень, різниця між афектом та іншими емоційними станами (стрес, емоційна реакція), механізми регуляції афекту та їх роль в особистісному розвитку.</p>

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 12 / 23

	<p>II. Підготувати відповіді на запитання:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Як афект може змінити наше сприйняття реальності та вплинути на наші взаємини з іншими людьми? 2. Чи може афект бути корисним в певних ситуаціях, наприклад, в екстремальних умовах? Наведіть приклади. 3. Як афект допомагає або заважає прийняттю раціональних рішень в момент сильного емоційного збудження? 4. Як ви вважаєте, чи можна навчитися контролювати афект, і якщо так, то які техніки можуть бути найбільш ефективними?
<p>Тема 7. Вчинок як вияв волі. Безвілля, його причини і переборення.</p>	<p>Робота над поняттями: вчинок як вияв волі, безвілля, причини безвілля, переборення безвілля, мотивація та воля в процесі прийняття рішень, свідомий вибір та несвідомі дії, психологічні стратегії для розвитку сили волі.</p> <p>II. Підготувати відповіді на запитання:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Які фактори можуть призводити до безвілля в складних життєвих ситуаціях? 2. Як безвілля впливає на прийняття рішень та взаємодію з оточенням? 3. Які психологічні стратегії допомагають перебороти стан безвілля та відновити внутрішню мотивацію? 4. Чи можна розглядати безвілля як форму захисту від стресу або невизначеності? Як це проявляється?
<p>Тема 8. Психологічні рекомендації щодо регуляції емоцій: методи, прийоми, техніки</p>	<p>Робота над поняттями: емоційна регуляція, етапи регуляції емоцій, прийоми емоційної регуляції, техніки саморегуляції емоцій, когнітивно-поведінкова терапія в управлінні емоціями, емоційна гнучкість, стратегії зниження тривожності та стресу.</p>

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 13 / 23

	<p>II. Підготувати відповіді на питання:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Як практики майндфулнес (усвідомленості) можуть допомогти в контролюванні емоцій? 2. Які прийоми емоційної регуляції ефективні для зниження рівня тривожності та депресії? 3. Як емоційна гнучкість допомагає людині ефективніше справлятися з різними емоціями? 4. У чому полягає різниця між емоційною реакцією та емоційною регуляцією в контексті управління емоціями?
--	---

7. ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

1. Формування словника термінів у сфері психології пізнавальних процесів.

2. Опрацювання теоретичних конструкцій основних концепцій психології пізнавальних процесів.

Орієнтовний перелік тем для індивідуальних завдань:

1. Мозкові механізми пам'яті: нейропсихологічний аспект.
2. Взаємозв'язок між увагою та пам'яттю.
3. Когнітивні стратегії вирішення проблем.
4. Роль досвіду в пізнавальних процесах.
5. Мозкові структури, що відповідають за пізнавальні процеси.
6. Когнітивна теорія навчання: вплив на розвиток дітей.
7. Вплив емоцій на пізнавальні процеси.
8. Психологія логічного та образного мислення.
9. Психологія уваги у професійній діяльності.
10. Розвиток когнітивних процесів у старшому віці.
11. Психологія прийняття рішень: когнітивні аспекти.
12. Як теорії когнітивної психології пояснюють механізми пам'яті, і яка роль нейропсихології у їхньому розумінні?
13. Які основні теоретичні моделі уваги і як вони відображають різні аспекти її функціонування в умовах перевантаження інформацією?
14. Як пізнавальні процеси, зокрема сприймання та мислення, взаємодіють у процесі розв'язання складних завдань?
15. У чому полягає різниця між оперативною та довготривалою пам'яттю, і які когнітивні процеси сприяють ефективності їх функціонування?
16. Як феномен вибіркового сприймання впливає на соціальні та когнітивні взаємодії людей в умовах інформаційного перевантаження?

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 14 / 23

17. Які нейропсихологічні механізми стоять за процесами когнітивної гнучкості та персеверації в рішенні задач?
18. Розкрийте поняття метакогніції та її вплив на ефективність навчального процесу і адаптивність до змін середовища.
19. Як когнітивні упередження (наприклад, ефект підтвердження) спотворюють процес прийняття рішень, і які стратегії допомагають їх подолати?
20. Яку роль емоції відіграють у когнітивних процесах, зокрема у прийнятті рішень і пам'яті?
21. Як теорія розумових представлень пояснює механізми сприймання та розпізнавання об'єктів в умовах змінюваної інформації?
22. Які теоретичні моделі вирішення проблем, запропоновані в когнітивній психології, і як вони можуть бути застосовані для аналізу професійних навичок у складних ситуаціях?
23. Як концепція когнітивного навантаження пов'язана з ефективністю навчання, і які стратегії можуть зменшити негативний вплив перевантаження?
24. Розгляньте взаємозв'язок між інтелектом, увагою та пам'яттю, зокрема в контексті навчання та професійної діяльності.
25. Яким чином когнітивні процеси змінюються з віком, і які нейропсихологічні механізми лежать в основі цих змін?
26. Як когнітивні стратегії допомагають покращити креативне мислення та інноваційні процеси в різних сферах діяльності?
27. Як впливають когнітивні процеси на емоційне реагування і адаптацію особистості до стресових ситуацій?
28. Розгляньте теорії мислення і їх значення для розуміння логічних і творчих аспектів пізнання.
29. Як інтерпретація та оцінка інформації залежать від індивідуальних когнітивних особливостей людини?
30. Розгляньте вплив соціокультурних факторів на пізнавальні процеси та особливості сприймання в різних соціальних контекстах.

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Під час навчання використовуються такі методи навчання:

Результат навчання	Методи навчання
РН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.	– Вербальні методи (лекція, пояснення)
	– Наочні методи (презентація)
	– Практичні методи (вирішення кейсів)
	– Дискусійний метод
	– Дослідницький метод
	– Проблемний метод

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 15 / 23

Результат навчання	Методи навчання
	– Методи самостійної роботи (анотування опрацьованого матеріалу, виконання завдань, проведення розрахунків, підготовка доповідей, написання тез)
РН6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.	– Вербальні методи (лекція, пояснення) – Наочні методи (презентація) – Практичні методи (вирішення кейсів) – Дискусійний метод – Дослідницький метод – Проблемний метод – Методи самостійної роботи (анотування опрацьованого матеріалу, виконання завдань, проведення розрахунків, підготовка доповідей, написання тез)
РН7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.	– Вербальні методи (лекція, пояснення) – Наочні методи (презентація) – Практичні методи (вирішення кейсів) – Проблемний метод – Методи самостійної роботи (анотування опрацьованого матеріалу, виконання завдань, проведення розрахунків, підготовка доповідей, написання тез)
РН11. Скласти та реалізувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.	– Вербальні методи (лекція, пояснення) – Наочні методи (презентація) – Практичні методи (вирішення кейсів) – Проблемний метод – Методи самостійної роботи (анотування опрацьованого матеріалу, виконання завдань, проведення розрахунків, підготовка доповідей, написання тез)

9. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Перевірка досягнення результатів навчання здійснюється з використанням таких методів:

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 16 / 23

Результат навчання	Методи контролю
РН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.	– Усне опитування, тестові міні-контрольні роботи, робота в групі, взаємоконтроль, рецензування відповідей інших студентів, перевірка виконання та захист індивідуальних завдань, підсумковий контроль, екзамен
РН6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження.	– Усне опитування, тестові міні-контрольні роботи, робота в групі, взаємоконтроль, рецензування відповідей інших студентів, перевірка виконання та захист індивідуальних завдань, підсумковий контроль, екзамен
РН7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки.	– Усне опитування, тестові міні-контрольні роботи, робота в групі, взаємоконтроль, рецензування відповідей інших студентів, перевірка виконання та захист індивідуальних завдань, підсумковий контроль, екзамен
РН11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій.	– Усне опитування, тестові міні-контрольні роботи, робота в групі, взаємоконтроль, рецензування відповідей інших студентів, перевірка виконання та захист індивідуальних завдань, підсумковий контроль, екзамен

10. ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 17 / 23

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Положення про оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у Державному університеті «Житомирська політехніка» та розподілу балів, що наведений нижче.

Система оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни включає:

- поточний, модульний та підсумковий контроль – для здобувачів денної форми навчання;
- поточний та підсумковий контроль – для здобувачів заочної форми навчання.

Поточний контроль проводиться для оцінювання рівня засвоєння знань, формування умінь і навичок здобувачів вищої освіти впродовж вивчення ними матеріалу модуля (змістових модулів) навчальної дисципліни. Поточний контроль здійснюється під час проведення навчальних занять.

Модульний контроль проводиться з метою оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти за модуль (змістові модулі) навчальної дисципліни. Модульний контроль проводиться під час навчального заняття після завершення вивчення матеріалу модуля (змістових модулів) навчальної дисципліни. Модульний контроль здійснюється у формі тестування.

Підсумковий контроль проводиться для підсумкового оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни. Підсумковий контроль здійснюється після завершення вивчення навчальної дисципліни. Підсумковий контроль проводиться у формі екзамену. Процедура складання екзамену визначена у Положенні про організацію освітнього процесу у Державному університеті «Житомирська політехніка».

Розподіл балів з навчальної дисципліни

Види робіт здобувача вищої освіти	Кількість балів за семестр
Для здобувача денної форми навчання	
Виконання завдань поточного контролю	60
Виконання завдань модульного або підсумкового контролю	40
Підсумкова семестрова оцінка	100

Розподіл балів за виконання завдань поточного контролю

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 18 / 23

Види робіт здобувача вищої освіти	Кількість балів за семестр
	денна форма
Виконання завдань під час навчальних занять	40
Виконання та захист індивідуальних самостійних завдань	20
Виконання науково-дослідної роботи та інших видів робіт (додаткові – заохочувальні бали): 1. Участь у студентських предметних олімпіадах, Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт, грантах, науково-дослідних проектах 2. Підготовка тез доповідей наукових конференцій	20
Разом за виконання завдань поточного контролю	60

Розподіл балів за виконання завдань під час навчальних занять

Види робіт здобувача вищої освіти	Кількість балів за семестр
	денна форма
Відповіді (виступи) на заняттях	15
Участь у дискусії	5
Виконання тестових завдань	10
Виконання та захист практичних завдань, вправ, кейсів	10
Разом за виконання завдань під час навчальних занять	40

З метою застосування цілих чисел для оцінювання результатів роботи здобувачів під час навчальних занять може використовуватися 100-бальна шкала оцінювання щодо кожного окремо виду робіт. Розрахунок загальної кількості балів, які здобувач може набрати за результатами роботи під час навчальних занять протягом семестру, проводиться за формулою:

$$P_{\text{НЗ}} = \sum (P_i \times BK_i) \times K_{\text{НЗ}}, \quad (1)$$

де $P_{\text{НЗ}}$ – загальна кількість балів, набраних здобувачем за виконання завдань під час навчальних занять за семестр;

P_i – кількість набраних здобувачем балів за семестр за виконання i -го виду робіт під час навчальних занять (за 100-бальною шкалою);

BK_i – ваговий коефіцієнт за виконання i -го виду робіт під час навчальних занять. Значення вагових коефіцієнтів розраховуються шляхом ділення кількості балів, яка передбачена за виконання окремого виду робіт під час навчальних занять, на сумарну кількість балів за виконання усіх видів робіт під час навчальних занять за семестр;

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 19 / 23

$K_{\text{НЗ}}$ – коригувальний коефіцієнт, який визначається шляхом ділення кількості балів, що передбачена за виконання завдань під час навчальних занять за семестр, на 100 балів.

Розподіл балів за виконання завдань модульного контролю

Види робіт здобувача вищої освіти денної форми навчання	Кількість балів за семестр
Виконання завдань модульного контролю 1	20
Виконання завдань модульного контролю 2	20
Разом за виконання завдань модульного контролю	40

Якщо здобувач вищої освіти денної форми навчання виконав завдання модульного контролю і з урахуванням отриманих балів за поточний контроль набрав у сумі 60 балів або більше, він може погодити дану оцінку в електронному кабінеті і вона стане семестровою оцінкою за вивчення навчальної дисципліни.

Якщо здобувач вищої освіти денної форми навчання під час вивчення навчальної дисципліни набрав 60 балів або більше і бажає покращити свій результат успішності, він проходить процедуру підсумкового контролю у формі екзамену. Набрані бали за виконання завдань підсумкового контролю, а також бали за поточний контроль сумуються і формується семестрова оцінка з навчальної дисципліни. Бали, які здобувач вищої освіти набрав за виконання завдань модульного контролю, при цьому не враховуються під час розрахунку семестрової оцінки з навчальної дисципліни.

Здобувач вищої освіти допускається до процедури підсумкового контролю у формі екзамену, якщо за виконання завдань поточного контролю набрав 20 балів або більше.

Якщо здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю набрав 15–19 балів, він отримує право за власною заявою опанувати окремі теми (змістові модулі) навчальної дисципліни понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми. Вивчення окремих складових навчальної дисципліни понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми, здійснюється у вільний від занять здобувача вищої освіти час.

Якщо здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю набрав від 0 до 14 балів (включно), він вважається таким, що не виконав вимоги робочої програми навчальної дисципліни та має академічну заборгованість. Здобувач

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 20 / 23

вищої освіти отримує право за власною заявою опанувати навчальну дисципліну у наступному семестрі понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми.

Процедура надання додаткових освітніх послуг здобувачу вищої освіти з метою вивчення навчального матеріалу дисципліни понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньої програми, визначена у Положенні про надання додаткових освітніх послуг здобувачам вищої освіти в Державному університеті «Житомирська політехніка».

Визнання результатів навчання, набутих у неформальній та/або інформальній освіті

Визнання результатів навчання, набутих у неформальній та/або інформальній освіті в рамках окремих тем навчальної дисципліни, здійснюється викладачем за зверненням здобувача вищої освіти та представленням документів, які підтверджують результати навчання (сертифікати, свідоцтва, скріншоти тощо). Рішення про визнання та оцінка за відповідну частину освітнього компонента приймається викладачем за результатами співбесіди зі здобувачем вищої освіти.

Визнання результатів навчання, набутих у неформальній та/або інформальній освіті в рамках цілого освітнього компонента, здійснюється за процедурою, яка визначена у Положенні про організацію освітнього процесу у Державному університеті «Житомирська політехніка».

Шкала оцінювання

Шкала ЄКТС	Національна шкала	100-бальна шкала
A	Відмінно	90-100
B	Добре	82-89
C		74-81
D	Задовільно	64-73
E		60-63
FX	Незадовільно	35-59
F		0-34

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 21 / 23

11.ГЛОСАРІЙ

№ з/п	Термін державною мовою	Відповідник англійською мовою
1	Пізнавальні процеси	cognitive processes
2	Сприйняття	perception
3	Увага	attention
4	Пам'ять	memory
5	Взаємодія	interaction
6	Віра	faith
7	Вольові дії	will actions
8	Мислення	thinking
9	Уява	imagination
10	Метакогніція	metacognition
11	Когнітивне навантаження	cognitive load
12	Вибірковість сприймання	selective perception
13	Творче мислення	creative thinking
14	Інтелект	intelligence
15	Розв'язування проблем	problem solving
16	Когнітивні стратегії	cognitive strategies
17	Психологічні упередження	cognitive biases
18	Когнітивне сприйняття	cognitive perception
19	Нейропластичність	neuroplasticity
20	Когнітивна деградація	cognitive degradation
21	Інтерференція	interference
22	Логічне мислення	logical thinking
23	Персеверація	perseveration
24	Адаптивність	adaptability
25	Конфлікт	conflict
26	Лідер	leader
27	Інтуїція	intuition
28	Ментальність	mentality.
29	Навіювання	casting
30	Дедукція	deduction
31	Паніка	panic
32	Публіка	audience
33	Рефлексія	reflexion

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 22 / 23

№ з/п	Термін державною мовою	Відповідник англійською мовою
34	Самоактуалізація особистості	self-actualization of personality
35	Самосвідомість	self-awareness
36	Індивідуальні відмінності	individual differences
37	Емоційна регуляція	emotional regulation
38	Фасцинація	fascination
39	Характер	character
40	Цінність	value

12. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна література:

1. Загальна психологія. Підручник. Долинська Л.В., Скрипченко О.В., Огороднійчук З.В. – К: Каравелла, 2023. – 464 с.
2. Загальна психологія. Савчин М.В. – К.: Академія, 2024. – 352 с.
3. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра-К., 2020. – 564 с.
4. М'ясоїд П. Курс загальної психології. Київ: Алерта, 2021. – 496 с.

Допоміжна література

1. Психологія сприйняття та переробки інформації : Посібник для самостійної роботи здобувачів вищої освіти та дистанційного навчання / Л. В. Єременко. Мелітополь: ФОП Однорог Т. В., 2021. 150 с.
2. Карпенко Є. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості / Є. В. Карпенко // монографія. Дрогобич: Посвіт, 2020. 436 с.
3. Мар'єнко Б.С. Основи психопатології: навч. посібник. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 120 с.
4. Michels, Moritz; Ralf, Schulze (2021). ["Emotional intelligence and the dark triad: A meta-analysis"](#). Personality and Individual Differences. 180 p.

Інформаційні ресурси в Інтернеті:

1. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua>

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 05.01/053.00.2/Б/ОК24 -2024
	Екземпляр № 1	Арк 23 / 23

2. Наукові видання Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://psychology-naes-ua.institute/info/265/>
3. Актуальні питання сучасної психології -
http://library.sspu.sumy.ua/wpcontent/uploads/2018/04/Aktualny_pitannya_suc.psihologii
4. Емоції: академічні дослідження [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://psychologis.com.ua/index-4743.html>