

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 2

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
бізнесу та сфери обслуговування
27 серпня 2024 р.,



протокол № 08

Голова Вченої ради

Галина ТАРАСІЮК

РОБОЧА ПРОГРАМА

загальноуніверситетської вибіркової навчальної дисципліни
«Особистісний розвиток»

Схвалено на засіданні кафедри
фінансів та цифрової економіки
26 серпня 2024 р.,
протокол № 08

Завідувач кафедри

Наталія ВИГОВСЬКА

Розробник: к.е.н., доцент кафедри фінансів та цифрової економіки,
ТКАЧУК Вячеслав

Житомир
2024 – 2025 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ БКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 2

Робоча програма загальноуніверситетської вибіркової навчальної дисципліни «Особистісний розвиток» для здобувачів вищої освіти 3-х курсів затверджена Вченою радою факультету бізнесу та сфери обслуговування 27 серпня 2024 р., протокол № 08.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 3

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4/3	Вибіркова	
Модулів – 1	Лекції	
	32 год.	6 год.
Змістових модулів – 2	Практичні	
Загальна кількість годин – 120	32 год.	6 год.
	Лабораторні	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4,0; самостійної роботи студента – 3,5; заочної форми навчання: аудиторних – 0,8; самостійної роботи студента – 4,9.	0 год.	0 год.
	Самостійна робота	
	56 год.	78 год.
	Вид контролю: залік	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 53,3 % аудиторних занять / 46,7 % самостійної та індивідуальної роботи;

для заочної форми навчання – 13,3 % аудиторних занять / 86,7 % самостійної та індивідуальної роботи.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 4

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Особистісний розвиток» є надання здобувачам вищої освіти можливостей для оволодіння системними знаннями теорії та практики соціального, психічного та суспільного розвитку особистості як самокерованої системи.

Головними **завданнями** навчальної дисципліни є:

- формуванні у здобувачів загальних ґрунтовних навичок наукового аналізу процесів у сфері розвитку особистості, посиленні в них інтересу до наукових досліджень у цій галузі знань;
- опануванні студентами уявлень про особистісний розвиток, який відбувається під впливом внутрішнього та зовнішнього середовищ;
- поглибленню розуміння особистісного розвитку в умовах підвищення вимог до людини праці.

Студенти будуть **знати**:

- різні теорії, які допомагають зрозуміти, як формується і розвивається особистість;
- які фактори мотивують людей до досягнення цілей і як збудження та внутрішня мотивація впливають на результати діяльності;
- ефективні методи міжособистісного спілкування, включаючи слухання, виявлення емпатії, виразність і невербальну комунікацію;
- методи управління стресом, включаючи релаксацію, різні стратегії подолання стресу та підтримку психічного здоров'я;
- як ставити та досягати професійних цілей і розробляти плани кар'єрного росту.

У результаті опанування навчальної дисципліни «Особистісний розвиток» студенти будуть **вміти**:

- аналізувати та розуміти свої власні цінності, переконання, сильні та слабкі сторони;
- ставити перед собою конкретні цілі та розробляти плани їх досягнення;
- ефективно управляти часом, приймати виважені рішення, комунікувати та співпрацювати з іншими;
- управляти своїми емоціями та розуміти емоції інших людей;
- розвивати навички врегулювання конфліктів та співпраці в трудовому колективі.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ТА ФОРМУВАННЯ ЇЇ ПОВЕДІНКИ

Тема 1. Сутність, рушійна сила та чинники розвитку особистості
Поняття «людина», «особистості», «індивіда», «індивідуальності».
Життєва позиція людини.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 5

Суспільний розвиток особистості. Види розвитку людини. Фізичний розвиток людини. Показники функціонального стану людини. Вагово-ростовий індекс А. Кетле. Вагово-ростовий індекс П. Брока. Грудинно-ростовий індекс. Психічний розвиток особистості. Особливості психічного розвитку особистості. Соціальний розвиток особистості.

Рушійна сила розвитку особистості.

Чинники розвитку людини. Біологічна спадковість. Соціальне успадкування. Активна діяльність людини. Зв'язок результатів розвитку особистості та інтенсивності діяльності.

Природно-соціальне середовище. Близьке та далеке середовище. Виховання людини.

Чинники впливу на розвиток людини.

Тема 2. Етапи та рівні особистісного розвитку людини

Етапи особистісного зростання. Процес особистісного зростання. Визначення ідеального «я». Аналіз власних достоїнств і недоліків. Складання плану навчання. Практичне закріплення нових навичок.

Рівні розвитку людини. Розвиненість авторської позиції. «Тваринний» або інстинктивний рівень розвитку людини. «Біороботи» (зомбі, соціальні наркомани). «Демонічний» рівень розвитку людини (рівень начальника). Людський рівень розвитку людини. Просвітлений рівень розвитку людини (мудрець).

Рівні малого та великого особистісного росту людини. Малий особистісний ріст. Великий особистісний ріст.

Джерела і чинники формування особистості. Чинники соціалізації людини. Речовинно-предметний чинник соціалізації людини. Соціально-інституціональний чинник соціалізації людини. Інформаційний чинник соціалізації людини. Формування етнічних установок. Вплив регіональних умов, у яких живе й розвивається особистість. Мега-, макро-, мезо- та мікро- фактори соціалізації людини.

Джерела соціалізації особистості: первинний досвід; культурно-соціальний досвід; активність самої особистості у виборі знань та їх осмисленні.

Тема 3. Роль емоцій у діяльності, поведінці та розвитку особистості

Емоції у пізнавальній діяльності та творчості. Емоційне життя людини. Функції емоцій. Емоційна напруга. Роль емоцій у виникненні стресових станів.

Пізнавальна діяльність людини. Альтруїстичні, комунікативні, глоричні, праксичні, пугнічні, романтичні, гностичні, естетичні, гедоністичні та акизитивні види емоцій. Роль емоцій у творчому процесі.

Оволодіння поведінкою, роль символічних засобів регуляції емоційних станів. Емоційна напруженість в діяльності людини. Емоційні стани, що переживає працівник у ході трудової діяльності.

Необхідність психічної саморегуляції. Загальні закономірності саморегуляції людини. Працівник як самокерована система. Емоційна регуляція. Аутотренінг. Медитація. Прийоми саморегуляції мислення. Методи оптимізації психічних станів

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 6

працівників: гімнастика, самомасаж, нервово-м'язова релаксація, дихальна гімнастика.

Емоційні властивості особистості. Емоційні властивості людини: емоційна збудливість; глибина переживання емоцій; емоційна ригідність; емоційна стійкість; експресивність; емоційний відгук; емоційний оптимізм – песимізм. Взаємозв'язок між песимізмом і слабким здоров'ям людини.

Динамічні властивості емоційності. Почуття. Типові розходження емоційних особливостей. Емоційні натури. Сентиментальні натури. Пристрасні натури.

Тема 4. Контроль і планування поведінки особистості

Поняття психологічних механізмів цілеспрямованої поведінки людини. Критерії цілеспрямованої поведінки людини: визначення підцілі; вибір засобів досягнення цілей і підцілей; уникнення повторень; насичення.

Підходи до аналізу структури регуляції дії. Теорія функціональної системи. Компоненти функціональної системи: аферентний синтез; ухвалення рішення; модель результатів дії (акцептор) та її програма; дія та її результат; зворотний зв'язок. Плани і структура поведінки людини. Теорія чотирьох стадій дії, або модель Рубікону. Теорія мотиваційного контролю Ханленда.

Вплив мети на поведінковий акт. Параметри мети: складнощі мети; ефект складності мети; специфічність мети; зовнішні та внутрішні цілі; тимчасова віддаленість/близькість мети.

Зворотний зв'язок та ефективність наступної дії. Джерело зворотного зв'язку. Типи зворотного зв'язку. Зворотний зв'язок, заснований на соціальному порівнянні. Негативний зворотний зв'язок. Позитивний зворотний зв'язок.

Змістовий модуль 2. ЗДІБНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОНКУРЕНТОСПРОМОЖНОЇ ОСОБИСТОСТІ

Тема 5. Здібності та їх вплив на стиль поведінки та формування особистості

Поняття здібностей та їхнього розвитку. Загальна спрямованість особистості.

Види здібностей людей. Загальні здібності людини. Спеціальні здібності людини. Потенційні здібності. Актуальні здібності. Провідні й допоміжні властивості.

Рівні здібностей людини: репродуктивний; творчий. Обдарованість. Талант. Геніальність.

Закономірності та механізми формування і розвитку здібностей. Задатки людини. Нахили людини. Справжній нахил. Хибний нахил.

Тема 6. Воля і безвілля як психічний процес свідомої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки

Поняття про волю. Вольові дії.

Довільні дії та їх особливості. Мимовільні дії. Довільні дії та рухи. Зовнішні подразники рухів і дій.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 7

Мова. Роль мови у розвитку довільних рухів і дій.

Аналіз складної вольової дії. Мотив. Прості та складні вольові дії. Успішність вольового акту.

Основні якості волі. Вольова якість людини. Істотні якості волі людини: рішучість, витриманість і наполегливість. Упертість. Самостійність. Самовладання. Конформність.

Безвілля, його причини і переборення. Слабохарактерні люди. Випадки хворобливого безвілля – абулія. Причини безвілля.

Тема 7. Розвиток конкурентоспроможної особистості в сучасному суспільстві

Розуміння поняття «конкурентоспроможна особистість». Конкурентоспроможна особистість. Сфери розвитку конкурентоспроможної особистості: сфера діяльності; сфера спілкування; сфера особистості та її самосвідомості.

Етапи розвитку конкурентоспроможної особистості. Принцип саморозвитку. Технологічна модель розвитку конкурентоздатної особистості. Стадії оптимізації поведінки людини: підготовка; усвідомлення; переоцінка; дія. Ділові ігри.

Психологічні основи розвитку інтегральних характеристик конкурентоспроможної особистості. Особистісна спрямованість, компетентність, гнучкість. Стадії оптимізації особистості та її поведінки: підготовка, усвідомлення, переоцінка, дія. Основні процеси розвитку особистості: мотиваційні, когнітивні, афективні, поведінкові; комплекс методів впливу.

Спрямованість особистості. Компетентність конкурентоспроможної особистості. Гнучкість конкурентоспроможної особистості. Ригідність у когнітивній сфері (інтелектуальна ригідність). Ригідність в емоційній сфері (емоційна ригідність). Ригідність у поведінковій сфері (поведінкова ригідність).

Фрустрація. Фрустраційна толерантність. Емоційна експресивність. Поведінкова гнучкість. Характеристики властиві ригідності поведінки. Тверда рольова поведінка. Професійна деформація особистості.

Психічна інфляція. Синдром хронічної втоми і синдром емоційного вигорання. Професійна втома. Астенія перевтоми. Ключові ознаки емоційного вигорання.

Інтелектуальна гнучкість. Мобільні, динамічні, процесуальні. Індивідуальні особливості, пов'язані з характером прийняття рішень.

Гнучкість мислення. Інтелектуальна гнучкість.

Концептуальна модель розвитку конкурентоспроможної особистості.

Тема 8. Кризи особистості в сучасному суспільстві

Криза. Розуміння криз особистості у психології. Чинники кризи. Перебудова психологічної структури особистості.

Типи криз особистості: кризи психічного розвитку; вікові кризи; кризи невротичного характеру; професійні кризи; критично-сміслові кризи; життєві кризи. Поверхова криза. Поглиблена криза. Глибинна криза. Критичні події. Групи критичних подій: нормативні; ненормативні; екстраординарні (наднормативні). Модальність подій: позитивна і негативна. Нормальна або прогресивна криза.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 8

Наближення нормальної кризи. Анормальна (регресивна) криза. Кризи психічного розвитку дітей. Творчі кризи. Фази вікових криз. Типи конфліктів професійного розвитку особистості: мотиваційний; когнітивно-дієвий; поведінковий.

Ставлення до кризи та її подолання. Типові ставлення до життєвої кризи: ігноруюче ставлення; перебільшуюче ставлення; демонстративне ставлення; волюнтаристське ставлення; продуктивне ставлення. Стратегії розв'язання життєвої кризи. Конструктивні та деструктивні життєві стратегії.

4. Структура навчальної дисципліни

Змістові модулі і теми	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього	лекції	практичні	самостійна робота	усього	лекції	практичні	самостійна робота
МОДУЛЬ 1								
Змістовий модуль 1. Розвиток особистості та формування її поведінки								
Тема 1. Сутність, рушійна сила та чинники розвитку особистості	15	4	4	7	12	1	1	10
Тема 2. Етапи та рівні особистісного розвитку людини	15	4	4	7	11	1	0	10
Тема 3. Роль емоцій у діяльності, поведінці та розвитку особистості	15	4	4	7	11	0	1	10
Тема 4. Контроль і планування поведінки особистості	15	4	4	7	11	1	1	9
Разом змістовий модуль 1	60	16	16	28	45	3	3	39
Змістовий модуль 2. Здібності та психологічні особливості конкурентоспроможної особистості								
Тема 5. Здібності та їх вплив на стиль поведінки та формування особистості	15	4	4	7	12	1	1	10
Тема 6. Воля і безвілля як психічний процес свідомої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки	15	4	4	7	11	1	0	10
Тема 7. Розвиток конкурентоспроможної особистості в сучасному суспільстві	15	4	4	7	11	0	1	10
Тема 8. Кризи особистості в сучасному суспільстві	15	4	4	7	11	1	1	9
Разом змістовний модуль 2	60	16	16	28	45	3	3	39
ВСЬОГО	120	32	32	56	90	6	6	78

5. Теми практичних занять

Метою проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Особистісний розвиток» є формування у здобувачів практичних навичок самопізнання, саморефлексії та цілеспрямованого вдосконалення власного потенціалу.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 9

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1.	Тема 1. Сутність, рушійна сила та чинники розвитку особистості 1. Життєва позиція людини. 2. Особливості психічного розвитку особистості. 3. Чинники впливу на розвиток людини.	4	1
2.	Тема 2. Етапи та рівні особистісного розвитку людини 1. Аналіз власних достоїнств і недоліків людини. 2. Розвиненість авторської позиції. 3. Рівні малого та великого особистісного росту людини.	4	0
3.	Тема 3. Роль емоцій у діяльності, поведінці та розвитку особистості 1. Роль емоцій у виникненні стресових станів. 2. Роль емоцій у творчому процесі. 3. Емоційні властивості особистості.	4	1
4.	Тема 4. Контроль і планування поведінки особистості 1. Зворотний зв'язок та ефективність наступної дії. 2. Джерело зворотного зв'язку. 3. Негативний та позитивний зворотний зв'язок.	4	1
5.	Тема 5. Здібності та їх вплив на стиль поведінки та формування особистості 1. Обдарованість. Талант. Геніальність. 2. Закономірності та механізми формування і розвитку здібностей. 3. Справжній та хибний нахили людини.	4	1
6.	Тема 6. Воля і безвілля як психічний процес свідомої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки 1. Безвілля, його причини і переборення. 2. Слабохарактерні люди. 3. Випадки хворобливого безвілля – абулія.	4	0
7.	Тема 7. Розвиток конкурентоспроможної особистості в сучасному суспільстві 1. Технологічна модель розвитку конкурентоздатної особистості. 2. Стадії оптимізації особистості та її поведінки: підготовка, усвідомлення, переоцінка, дія. 3. Концептуальна модель розвитку конкурентоспроможної особистості.	4	1
8.	Тема 8. Кризи особистості в сучасному суспільстві 1. Типові ставлення до життєвої кризи. 2. Стратегії розв'язання життєвої кризи. 3. Конструктивні та деструктивні життєві стратегії.	4	1
	Разом	32	6

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	

6. Завдання для самостійної роботи

№ з/П	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
МОДУЛЬ 1			
Змістовий модуль 1. Розвиток особистості та формування її поведінки			
1.	Тема 1. Сутність, рушійна сила та чинники розвитку особистості 1. Застосувати показники функціонального стану людини (вагово-ростовий індекс А. Кетле, вагово-ростовий індекс Брока (або її удосконалений варіант – індекс Брока-Бругша), грудинно-ростовий індекс) на практиці. 2. Сформулювати способи виховання людини. 3. Визначити чинники, що завдають впливу на розвиток людини.	7	10
2.	Тема 2. Етапи та рівні особистісного розвитку людини 1. Провести аналіз власних достоїнств і недоліків. 2. З'ясувати вплив регіональних умов на розвиток особистості. 3. Проаналізувати джерела соціалізації особистості.	7	10
3.	Тема 3. Роль емоцій у діяльності, поведінці та розвитку особистості 1. Розглянути прийоми саморегуляції мислення людини. 2. Обґрунтувати взаємозв'язок між песимізмом і слабким здоров'ям людини. 3. Визначити типові розходження емоційних особливостей.	7	10
4.	Тема 4. Контроль і планування поведінки особистості 1. Розглянути психологічні механізми цілеспрямованої поведінки людини. 2. Дослідити структуру поведінки людини. 3. Навести умови отримання позитивного зворотного зв'язку.	7	9
Змістовий модуль 2. Здібності та психологічні особливості конкурентоспроможної особистості			
5.	Тема 5. Здібності та їх вплив на стиль поведінки та формування особистості 1. Провести аналіз здібностей людей. 2. Встановити різницю між репродуктивним і творчим рівнями здібностей людини. 3. Навести приклади справжніх і хибних нахилів.	7	10
6.	Тема 6. Воля і безвілля як психічний процес свідомої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки 1. З'ясувати зовнішні подразники рухів і дій. 2. Визначити причини і способи переборення безвілля. 3. Класифікувати причини безвілля людини.	7	10
7.	Тема 7. Розвиток конкурентоспроможної особистості в сучасному суспільстві 1. Дослідити стадії оптимізації поведінки людини. 2. Навести приклади сучасних ділових ігор. 3. Визначити причини професійної деформація особистості.	7	10
8.	Тема 8. Кризи особистості в сучасному суспільстві 1. З'ясувати причини криз особистості. 2. Провести класифікацію типів конфліктів професійного розвитку особистості. 3. Навести приклади конструктивних і деструктивних життєвих стратегій.	7	9
	Разом	56	78

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 11

7. Індивідуальні завдання

Індивідуальні завдання здобувачів пов'язані з виконанням кейсу «Ділова гра: самопрезентація організації», що складається з кількох послідовних етапів. Зокрема, **на першому етапі** здобувачі мають вигадати назву для своєї організації, яка має відповідати загальному вектору її подальшої діяльності. Очікується, спрямованість обраних проєктів на вирішення соціальних проблем суспільства. В цій частині роботи можна також вказати *девіз* для команди, яка буде реалізовувати даний проєкт. Хоча до цього можна повернутися і на більш пізніх етапах виконання індивідуального завдання.

На другому етапі студенти мають обґрунтувати напрям діяльності для своєї організації, зазначивши, на вирішення, або принаймні пом'якшення, яких економічних і соціальних проблем, він спрямований. Від цього буде залежати майбутній склад і категорії посад працівників цієї організації.

На третьому етапі здобувачів вищої освіти мають навести всі категорії посад працівників, яких потребуватиме проєктна організація, із зазначенням особистих, ділових і комп'ютерних навичок, яких від них очікуватиме керівництво. **На четвертому етапі** здобувачі мають ідентифікувати і класифікувати свою цільову аудиторію (клієнтів). Тут можна додатково врахувати конкретні запити клієнтів.

На п'ятому етапі необхідно відзначити сильні та слабкі сторони організації. Студенти як учасники проєктної групи мають об'єктивно оцінити внутрішні можливості своєї організації, знання предметної сфери її діяльності, потенційні загрози зовнішнього бізнес-середовища.

На шостому етапі студенти мають вказати, через які канали комунікації буде поширюватися інформація про результати діяльності організації, зазначити, за рахунок яких веб-сторінок, соціальних мереж клієнти дізнаватимуться про її товари та послуги. Ну, і нарешті, **на сьомому етапі** здобувачі мають вибрати локацію (місце розташування) для своєї організації, яка буде відповідати критеріям очікуваності, зручності, доступності тощо.

Для зручності виконання цього завдання викладачем передбачено складання тест №7 «Ділова гра: самопрезентація організації», на Освітньому порталі за посиланням:

<https://learn.ztu.edu.ua/mod/quiz/attempt.php?attempt=102406&cmid=49808>.

8. Методи навчання

Методи навчання – взаємодія між викладачем і студентами, під час якої відбувається передача та засвоєння знань, умінь і навичок від викладача до здобувача, а також самостійної та індивідуальної роботи студента. При проведенні визначених планом видів занять використовуються такі методи:

1. Під час викладення навчального матеріалу:

- словесні (бесіда, пояснення, розповідь, інструктаж);
- наочні (ілюстрування, демонстрування, самостійне спостереження) із застосуванням інформаційних технологій (PowerPoint-презентація, Canva-

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 12

презентація);

– практичні (кейси, ситуаційні вправи, практичні роботи, тестування).

2. За організаційним характером навчання:

– методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності;

– методи стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності;

– методи контролю та самоконтролю у навчанні;

– бінарні (поєднання теоретичного, наочного, практичного) методи навчання.

3. За логікою сприймання та засвоєння навчального матеріалу: індуктивно-дедукційні, репродуктивні, прагматичні, дослідницькі, проблемні тощо.

4. За мірою управління навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів з електронним навчальним курсом, виконання навчальних проєктів.

Використовуються дистанційні методи навчання. Дистанційні технології навчання передбачають здійснення взаємодії між учасниками освітнього процесу як асинхронно, так і синхронно у часі. Асинхронний режим – взаємодія між суб'єктами освітнього процесу, під час якої учасники взаємодіють між собою із затримкою у часі, застосовуючи при цьому електронну пошту, форуми, соціальні мережі, веб-ресурси університету тощо. Синхронний режим – взаємодія між суб'єктами освітнього процесу, під час якої всі учасники одночасно перебувають у веб-середовищі дистанційного навчання (чат, аудіо-, відеоконференція, соціальні мережі тощо).

Основною організаційною формою наведених вище методів навчання є лекція та семінарські (практичні) заняття. Передбачено, що заняття повноцінно реалізують мету студентоцентрованого навчання – активізувати пізнавально-творчу діяльність студентів, організувати суб'єктно-суб'єктну взаємодію. Тому під час їх проведення використовуються елементи і прийоми: рефлексії, дискусії, навчального тренінгу, колаборативного навчання, медіаосвіти тощо. Це лекції-бесіди, презентації проєктів, заняття з елементами рольових ігор і ситуативних вправ, навчального тренінгу.

9. Методи контролю

Оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти здійснюється у формі вхідного, поточного, модульного, підсумкового та залишкового контролю. **Вхідний контроль** – це оцінювання рівня підготовленості здобувача вищої освіти перед вивченням навчальної дисципліни. Результати вхідного контролю не враховуються в оцінюванні результатів вивчення навчальної дисципліни, але є підставою прийняття рішення про внесення коректив у робочу програму навчальної дисципліни.

Поточний контроль – це оцінювання засвоєння здобувачем вищої освіти навчального матеріалу під час проведення аудиторних занять, при виконанні індивідуальної і самостійної роботи. Може проводитися у формі усного опитування, виконання письмового завдання, комп'ютерного або письмового тестування, виступів на семінарських (практичних) заняттях.

Модульний контроль – це оцінювання якості засвоєння навчального матеріалу

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 13

змістових модулів, який проводиться у формі модульної контрольної роботи. Підсумковий контроль здійснюється безпосередньо після завершення вивчення навчальної дисципліни.

В університеті використовується кредитно-модульна система організації освітнього процесу, що передбачає рейтингову систему оцінювання знань здобувачів вищої освіти. В основу системи оцінювання навчальної дисципліни покладено поточний та модульний контроль результатів навчання і принцип накопичення зароблених студентом балів, які переводяться у національну шкалу та шкалу ЄКТС.

На останньому занятті з навчальної дисципліни оприлюднюються результати поточної успішності за 100-бальною, за національною та за шкалою ЄКТС. Здобувач вищої освіти має право обрати підсумкову атестацію з навчальної дисципліни за результатами або поточної успішності, або тестування. У випадку обрання здобувачем вищої освіти складання заліку у формі тестування, результати поточної успішності не враховуються. У разі згоди здобувача вищої освіти з оцінкою поточної успішності, вона є остаточною і вноситься у залікову книжку студента (індивідуальний навчальний план) та у відомість обліку успішності здобувачів вищої освіти. У разі незгоди здобувача вищої освіти з результатами поточної успішності, оцінка не вноситься у відомість обліку успішності здобувачів вищої освіти і підсумкова атестація здобувача вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється тільки за результатами підсумкового контролю у формі тестування.

Залишковий контроль проводиться у формі комплексних контрольних робіт (ККР) з навчальної дисципліни.

Модульний контроль. Модульний контроль здійснюється у формі 2 контрольних робіт (максимальна оцінка – 5 балів) за окремими частинами дисципліни (модулями). За відсутності студента на контрольному заході без поважних причин модуль вважається не опанованим. Перескладання модулів здійснюється у терміни визначені викладачем. Результати модульного контролю доводяться до відома здобувачів. Максимальна кількість балів за семестр дорівнює 100 балам.

10. Розподіл балів

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, який наведений нижче.

Система оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни включає поточний та підсумковий контроль. 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.

Підсумковий контроль проводиться для підсумкового оцінювання результатів

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 14

навчання здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни. Підсумковий контроль здійснюється після завершення вивчення навчальної дисципліни. Підсумковий контроль проводиться у формі заліку. Процедура складання заліку 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	
	денна форма	заочна форма
Виконання завдань поточного контролю	100	100
Підсумкова семестрова оцінка	100	100

Розподіл балів за виконання завдань поточного контролю

Види робіт здобувача вищої освіти	Кількість балів за семестр	
	денна форма	заочна форма
Виконання завдань під час навчальних занять	80	80
Виконання та захист індивідуального завдання	20	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 наукових статей.	до 10 до 10	до 10 до 10
Разом за виконання завдань поточного контролю	100	100

Розподіл балів за виконання завдань під час навчальних занять

Види робіт здобувача вищої освіти	Кількість балів за семестр	
	денна форма	заочна форма
Відповіді (виступи) на заняттях	20	20
Участь у дискусіях	10	10
Виконання поточних тестових завдань	30	30
Виконання та захист завдань, кейсів	20	20
Разом за виконання завдань під час навчальних занять	80	80

З метою застосування цілих чисел для оцінювання результатів роботи здобувачів вищої освіти під час навчальних занять протягом семестру використовується 100-бальна шкала оцінювання кожного окремо виду робіт. Розрахунок набраних здобувачем вищої освіти балів за виконання завдань під час навчальних занять за семестр проводиться за формулою 1:

$$P_{H3} = (P_{B100} \times BK_B + P_{UD100} \times BK_{UD} + P_{TZ100} \times BK_{TZ} + P_{ZK100} \times BK_{ZK}) \times K_{H3}, \quad (1)$$

де P_{H3} – кількість набраних здобувачем вищої освіти балів за виконання завдань під час навчальних занять за семестр;

P_{B100} , P_{UD100} , P_{TZ100} , P_{ZK100} – кількість набраних здобувачем вищої освіти балів за семестр відповідно за відповіді (виступи) на заняттях, за участь у дискусії, за виконання поточних тестових завдань, за виконання та захист завдань, кейсів (кожний окремо вид робіт на навчальних заняттях оцінюється за 100-бальною

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 15

шкалою);

$ВК_B$, $ВК_{уд}$, $ВК_{ТЗ}$, $ВК_{ЗК}$ – вагові коефіцієнти відповідно за відповіді (виступи) на заняттях, за участь у дискусіях, за виконання поточних тестових завдань, за виконання та захист завдань, кейсів. Значення вагових коефіцієнтів становить:

$$ВК_B = 20 \div 80 = 0,25;$$

$$ВК_{уд} = 10 \div 80 = 0,125;$$

$$ВК_{ТЗ} = 30 \div 80 = 0,375;$$

$$ВК_{ЗК} = 20 \div 80 = 0,25.$$

$K_{НЗ}$ – коригувальний коефіцієнт. Значення коригувального коефіцієнту становить $K_{НЗ} = 80 \div 100 = 0,8$.

Якщо здобувач вищої освіти набрав за поточний контроль 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 під час вивчення навчальної дисципліни набрав 60 балів або більше і бажає покращити свій результат успішності, він проходить процедуру підсумкового контролю у формі заліку. За складання заліку здобувач вищої освіти може набрати 100 балів. Семестрова оцінка з навчальної дисципліни формується за результатами підсумкового контролю.

Здобувач вищої освіти допускається до процедури підсумкового контролю у формі заліку, якщо за виконання завдань поточного контролю набрав 50 балів або більше.

Якщо здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю набрав 35–49 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 освітньо-професійної програми, здійснюється у вільний від занять здобувача вищої освіти час.

Якщо здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю набрав від 0 до 34 балів (включно), він вважається таким, що не виконав вимоги робочої програми навчальної дисципліни та має академічну заборгованість. Здобувач вищої освіти отримує право за власною заявою опанувати навчальну дисципліну у наступному семестрі понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньо-професійної програми.

Процедура надання додаткових освітніх послуг здобувачу вищої освіти з метою вивчення навчального матеріалу дисципліни понад обсяги, встановлені навчальним планом освітньо-професійної 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

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 16

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».

Рекомендовані курси:

Prometheus. Як бізнесу перейти до сталого розвитку. URL: <https://prometheus.org.ua/prometheus-free/what-to-do-next/>.

Prometheus. Спадщина для соціальної згуртованості під час війни: кейси українських культурних дієвців. URL: <https://prometheus.org.ua/prometheus-free/spadshchyna-dlya-sotsialnoi-zghurtovanosti/>.

Дія.Освіта. Особиста безпека підлітків. URL: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/teenagers-personal-safety>.

Дія.Освіта. ChatGPT: ваш особистий асистент у роботі, навчанні та житті. URL: <https://osvita.diia.gov.ua/courses/chatgpt-your-personal-assistant-for-work-study-and-life>.

Шкала оцінювання

За шкалою	Екзамен	Залік	Бали
A	Відмінно	Зараховано	90–100
B	Добре	Зараховано	82–89
C			74–81
D	Задовільно	Зараховано	64–73
E			60–63
FX	Незадовільно	Не зараховано	35–59
F		Не зараховано	0–34

11. Глосарій

№ з/п	Термін державною мовою	Відповідник англійською мовою
1	2	3
1.	Людина	Human
2.	Природно-соціальне середовище	Natural and social environment
3.	Особистість	Personality
4.	Індивід	Individual
5.	Індивідуальність	Individuality
6.	Життєва позиція	Life stance
7.	Суспільний розвиток особистості	Social development of personality
8.	Фізичний розвиток	Physical development

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ БКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 17

№ з/п	Термін державною мовою	Відповідник англійською мовою
1	2	3
9.	Грудинно-ростовий індекс	Sternum-to-height index
10.	Психічний розвиток	Mental development
11.	Соціальний розвиток	Social development
12.	Рушійна сила розвитку особистості	Driving force of personality development
13.	Біологічна спадковість	Biological heredity
14.	Соціальне успадкування	Social inheritance
15.	Активна діяльність людини	Active human activity
16.	Виховання	Upbringing
17.	Етапи особистісного зростання	Stages of personal growth
18.	Ідеальне «я»	Ideal «self»
19.	Малий особистісний ріст	Minor personal growth
20.	Великий особистісний ріст	Major personal growth
21.	Чинники соціалізації	Factors of socialisation
22.	Етнічні установки	Ethnic attitudes
23.	Мега-фактори соціалізації	Mega-level socialisation factors
24.	Макро-фактори соціалізації	Macro-level socialisation factors
25.	Мікро-фактори соціалізації	Micro-level socialisation factors

12. Рекомендована література

Основна література

1. Видра О. Вікова та педагогічна психологія : навч. посібн. К. : Центр навчальної літератури, 2019. 112 с.
2. Єфременкова С. Емоції без фейків. Путівник підлітка step by step. Харків : Основа, 2022. 142 с.
3. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях) : навч. посібн. Львів : ЛьвДУВС, 2022. 158 с.
4. Кацавець Р. Вікова психологія : навч. посібн. Алерта, 2019. 112 с.
5. Кузікова С. Теорія і практика вікової психокорекції : навч. посібн. Суми : Університетська книга, 2020. 384 с.
6. Москалець В.П. Психологія особистості : підручн., 3-тє вид., перероб., доповн. К. : Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
7. Титаренко О.О. Соціологія : навч. посібн. К. : ВД «Дакор», 2020. 210 с.

Допоміжна література

1. Бочелюк В.Й., Панов М.С., Панов Т.С. Соціально-психологічні чинники професійної діяльності юриста в сфері державного управління. Наукові інновації та передові технології. 2023. Вип. 11(25). С. 647–656.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю ДСТУ ISO 9001:2015 та ДСТУ ISO 21001:2019			Ф-19.05-05.01/ 051.00.1/Б/ ВКх.х-2-2025
	Випуск 2	Зміни 0	Екземпляр № 1	Арк 18 / 18

2. Габа І.М. Самоактуалізація та професійна спрямованість майбутніх педагогів: соціально-психологічний аспект. Перспективи та інновації наук. 2023. № 14(32). С. 655–662.

3. Галузяк В., Акімова О., Громов Є. Сучасні зарубіжні підходи до розуміння лідерства і виховання лідерів. Лідер. Еліта. Суспільство. 2019. № 1. С. 32–53.

4. Милашенко К.О. Дослідження ціннісних орієнтацій як ресурсу самоактуалізації особистості дорослого віку. Психологія і особистість. 2018. № 1 (13). С. 96–105.

5. Пономарьов О.С., Черкашин А.І. Особистісний розвиток лідера в процесі виховання. Теорія і практика сучасної психології. 2019. № 5, Т. 2. С. 121–127.

6. Призванська Р. Індивідуальний підхід до застосування музичної терапії у роботі з дітьми з розладами спектра аутизму. Вісник Львівського університету. Серія педагогічна. 2018. Вип. 33. С. 186–193.

13. Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. HR Ліга: спільнота кадровиків і фахівців з управління персоналом [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://hrliga.com/index.php>. – Дата звернення: 07.04.2025.

2. Psychology Today [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.psychologytoday.com/us>. – Дата звернення: 08.04.2025.

3. TED Talks [Електронний ресурс]. – Режим доступу: ted.com. – Дата звернення: 08.04.2025.