

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 1 / 9

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою факультету
педагогічних технологій та
освіти впродовж життя

31 серпня 2023 р., протокол № 11

Голова Вченої ради

Оксана ЧЕРНИШ



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ПСИХОЛОГІЯ»**

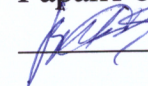
для здобувачів вищої освіти освітнього рівня «бакалавр»
спеціальності 033 «Філософія»
освітньо-професійної програми «Масові комунікації, коучинг та консалтинг»
факультет педагогічних технологій та освіти впродовж життя
кафедра філософсько-історичних студій та масових комунікацій

Схвалено на засіданні кафедри
психології та соціального забезпечення
28 серпня 2023 р., протокол № 7

В. о. завідувача кафедри психології та
соціального забезпечення

 Марина ОКСЮТОВИЧ

Гарант освітньо-професійної програми

 Вадим СЛЮСАР

Розробник: доктор психологічних наук, професор кафедри психології та
соціального забезпечення Олег МАТЕЮК

Житомир
2023-2024 н.р.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 2 / 9

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань: 03 «Гуманітарні науки»	Нормативна
Модулів – 1	Спеціальність: 033 «Філософія»	Рік підготовки:
Змістових модулів – 2		1-й
Загальна кількість годин – 120		Семестр
		2
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 3,8	Освітній ступінь: «бакалавр»	Лекції
		32 год.
		Практичні, семінарські
		32 год.
		Самостійна робота
		56 год.
		Вид контролю: екзамен

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

для денної форми навчання – 53 % аудиторних занять, 47 % самостійної та індивідуальної роботи.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 3 / 9

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Освітня компонента «Психологія» належить до циклу загальної підготовки нормативних освітніх компонент навчального плану підготовки студентів з спеціальності 033 «Філософія», освітньо-професійної програми «Масові комунікації, коучинг та консалтинг».

Метою вивчення навчальної дисципліни «Психологія» є висвітлення сутності психології; озброєння майбутніх філософів професійними знаннями, необхідними для успішного виконання службових завдань; формування у них практичних навичок і умінь використання методів і засобів психології під час професійної діяльності.

Предметом дисципліни є процес виникнення, становлення й розвитку психіки як особливої форми життєдіяльності; розуміння методологічних принципів і перспектив розвитку психологічної науки в контексті використання основних її засад для особистого і професійного зростання; виховання національно свідомої особистості студента.

Завданнями вивчення дисципліни є:

- а) вивчення загальних положень психологічної науки;
- б) характеристика особистості у спілкуванні, психологія особистості.

Зміст навчальної дисципліни направлений на формування наступних компетентностей, визначених стандартом вищої освіти зі спеціальності 033 «Філософія»:

ЗК 9. Здатність до міжособистісної взаємодії, здатність працювати в команді.

ЗК 15. Усвідомлення важливості гуманістичної та соціальної рефлексії для розвитку соціальних зв'язків.

СК 11. Здатність застосовувати в професійній діяльності знання про засади, розвиток і сучасний стан наукового та гуманітарного знання.

СК 15. Здатність проводити міждисциплінарну пізнавальну і дослідницьку діяльність як частини колективної роботи.

СК 19. Уміння встановлювати та підтримувати контакт з особою та групою під час практичної діяльності.

Отримані знання з навчальної дисципліни стануть складовими наступних **програмних результатів навчання:**

ПР 21. Організувати експертне супроводження рішень щодо особистісного росту та для розв'язання проблем у сфері масових комунікацій.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 4 / 9

3. Програма навчальної дисципліни Модуль 1.

Змістовий модуль 1. Загальні положення психологічної науки. Психічні процеси, стани та властивості.

Тема 1. Теоретико-методологічні основи психології як науки

Історія розвитку психології. Психологія як наука. Типи психологічних знань. Об'єкт та предмет психології. Рівні психіки та їх зміст. Структура психіки. Методи психології.

Тема 2. Основні напрямки сучасної психології

Етапи розвитку психології як науки. Основні напрямки сучасної психології. Психоданаліз. Індивідуальна психологія. Гуманістична психологія. Когнітивно-поведінкова психологія. Логотерапія. Вітчизняні концепції психічного.

Тема 3. Психологічні пізнавальні процеси: відчуття, сприйняття, мислення.

Відчуття: поняття, види та характеристики. Сприйняття: поняття, функції і характеристики. Мислення: поняття, форми, види. Основні логічні операції.

Тема 4. Психологічні пізнавальні процеси: увага, уява, пам'ять.

Увага: поняття, види, характеристики. Фактори, що знижують увагу. Уявлення: поняття, види та характеристики. Пам'ять: поняття, класифікація, характеристики. Засоби підвищення ефективності запам'ятовування.

Тема 5. Емоційно-вольові процеси. Психічні стани.

Емоції, їх взаємозв'язок із інформацією про ймовірність задоволення потреби. Депресія. Стрес. Дістрес. Афект. Настрій. Фрустрація. Причини виникнення стресу, афекту, фрустрації, депресії. Діагностика емоційних станів. Поняття про волю. Довільні дії та їх особливості. Аналіз складної вольової дії. Основні якості волі. Безвілля, його причини і переборення.

Тема 6. Темперамент та характер як індивідуально-психологічні особливості особистості.

Поняття про темперамент. Типи темпераментів. Основні властивості темпераменту. Фізіологічне підґрунтя темпераменту. Роль темпераменту в діяльності людини. Поняття про характер. Структура характеру. Основні риси типового характеру. Природа характеру. Проблема формування характеру. Акцентуації характеру.

Тема 7. Здібності як індивідуально-психологічні особливості особистості.

Поняття про здібності. Структура здібностей. Різновиди здібностей. Індивідуальні відмінності у здібностях людей та їх природні передумови. Структура здібностей за концепцією чотирьох рівнів духовного розвитку людини.

Тема 8. Проблема свідомості, мови та мовлення.

Виникнення та історичний розвиток людської свідомості. Поняття про мову та її функції. Фізіологічний механізм мовної діяльності. Різновиди мовлення.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 5 / 9

Змістовий модуль 2. Психологія особистості та діяльності. Особистість у спілкуванні.

Тема 9. Психологія особистості.

Поняття про особистість та її структуру. Активність особистості та її джерела. Спрямованість особистості. Розвиток та виховання особистості. Стійкість особистості. Проблема самореалізації. Залежна особистість. Посередня особистість. Зріла особистість. Геній.

Тема 10. Психологічний аналіз діяльності.

Поняття про діяльність. Мета і спонукання до діяльності. Структура діяльності. Засоби діяльності, процес їх засвоєння. Перенесення та інтерференція навичок. Основні різновиди діяльності. Творча діяльність. Діяльність залежної

особистості, посередньої, зрілої та діяльність генія.

Тема 11. Стрес. Професійне вигорання та деформація. Ефективні шляхи подолання стресу.

Методи подолання професійного вигорання. Сучасні техніки психокорекції та психотерапії. Самоусвідомлення власного переживання, психологічного механізму захисту. Інсайт. Катарсис. Продовжуваність життя та професійне вигорання психолога. Діагностика рівня стресу. Техніки роботи зі стресом.

Тема 12. Спілкування як психологічний феномен.

Поняття про спілкування. Засоби спілкування. Функції спілкування. Різновиди спілкування. Позиції у спілкуванні за трансактним аналізом Е. Берна.

Тема 13. Психологічний вплив у професійній діяльності фахівця.

Психологічні способи впливу в процесі професійної діяльності. Способи та механізми психологічного впливу. Зараження. Навіювання. Наслідкування. Паніка. Мода. Чутки. Класифікації методів психологічного впливу у професійній діяльності фахівця. Типології стратегій психологічного впливу. Принципи використання методів психологічного впливу у професійній діяльності фахівця.

Тема 14. Конфлікти у професійному спілкуванні фахівця. Управління конфліктами.

Взаєморозуміння у спілкуванні. Конфліктологічна культура фахівця. Джерела виникнення конфліктів у професійній діяльності фахівця. Міжособистісні та внутрішньо особистісні конфлікти у спілкуванні. Конфліктні прояви людини та їх використання у професійній діяльності фахівця. Управління конфліктами та їх вирішення у професійній діяльності фахівця.

Тема 15. Психологія впевненості особистості.

Віра і довіра як основа впевненості особистості. Фактори, що впливають на формування різних видів довіри і довірливих відносин. Психологічні особливості впевненої в собі особистості. Формула психологічної впевненості.

Тема 16. Психологічний захист та самоконтроль особистості у забезпеченні здоров'я.

Уявлення людини про своє місце у світі як елемент способу життя і здоров'язберігаючої поведінки. Механізми психологічного захисту особистості та збереження здоров'я. Функції і структура психологічного захисту. Прояви психологічного захисту у спортивній діяльності. Подолання й опанування

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 6 / 9

(переборювання) себе як корекція підсвідомого захисту. Роль самоконтролю у забезпеченні здоров'я людини. Психічні процеси і самоконтроль. Механізм компенсації у забезпеченні надійності професійної діяльності. Психогігієна та збереження здоров'я людини.

4. Структура (тематичний план) навчальної дисципліни

Змістові модулі	Кількість годин			
	Всього	Лекції	Практичні	Самостійна робота
2	3	4	5	6
Змістовий модуль 1. Загальні положення психологічної науки. Психічні процеси, стани та властивості.				
Тема 1. Теоретико-методологічні основи психології як науки	6	2	2	2
Тема 2. Основні напрямки сучасної психології	6	2	2	2
Тема 3. Психологічні пізнавальні процеси: відчуття, сприйняття, мислення.	8	2	2	4
Тема 4. Психологічні пізнавальні процеси: увага, уява, пам'ять.	8	2	2	4
Тема 5. Емоційно-вольові процеси. Психічні стани.	8	2	2	4
Тема 6. Темперамент та характер як індивідуально-психологічні особливості особистості.	8	2	2	4
Тема 7. Здібності як індивідуально-психологічні особливості особистості.	8	2	2	4
Тема 8. Проблема свідомості, мови та мовлення.	8	2	2	4
Разом за змістовий модуль 1	60	16	16	28
Змістовий модуль 2. Психологія особистості та діяльності. Особистість у спілкуванні.				
Тема 9. Психологія особистості.	6	2	2	2
Тема 10. Психологічний аналіз діяльності.	6	2	2	2
Тема 11. Стрес. Професійне вигорання та деформація. Ефективні шляхи подолання стресу.	8	2	2	4
Тема 12. Спілкування як психологічний феномен.	8	2	2	4
Тема 13. Психологічний вплив у професійній діяльності фахівця.	8	2	2	4
Тема 14. Конфлікти у професійному спілкуванні фахівця. Управління конфліктами.	8	2	2	4
Тема 15. Психологія впевненості особистості.	8	2	2	4
Тема 16. Психологічний захист та самоконтроль особистості у забезпеченні здоров'я.	8	2	2	4
Разом за змістовий модуль 2	60	16	16	28
Всього	120	32	32	56

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 7 / 9

5. Теми практичних занять

№	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. Теоретико-методологічні основи психології як науки	2
2.	Тема 2. Основні напрямки сучасної психології	2
3.	Тема 3. Психологічні пізнавальні процеси: відчуття, сприйняття, мислення.	2
4.	Тема 4. Психологічні пізнавальні процеси: увага, уява, пам'ять.	2
5.	Тема 5. Емоційно-вольові процеси. Психічні стани.	2
6.	Тема 6. Темперамент та характер як індивідуально-психологічні особливості особистості.	2
7.	Тема 7. Здібності як індивідуально-психологічні особливості особистості.	2
8.	Тема 8. Проблема свідомості, мови та мовлення.	2
9.	Тема 9. Психологія особистості.	2
10.	Тема 10. Психологічний аналіз діяльності.	2
11.	Тема 11. Стрес. Професійне вигорання та деформація. Ефективні шляхи подолання стресу.	2
12.	Тема 12. Спілкування як психологічний феномен.	2
13.	Тема 13. Психологічний вплив у професійній діяльності фахівця.	2
14.	Тема 14. Конфлікти у професійному спілкуванні фахівця. Управління конфліктами.	2
15.	Тема 15. Психологія впевненості особистості.	2
16.	Тема 16. Психологічний захист та самоконтроль особистості у забезпеченні здоров'я.	2
Всього		32

6. Завдання для самостійної роботи

Передбачається, що в період вивчення дисципліни студент самостійно розв'язує домашнє завдання, 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).

7. Індивідуальне навчання

Метою виконання індивідуальних завдань є: закріплення, поглиблення й узагальнення знань, отриманих студентами на теоретичних і практичних заняттях.

Під час опанування блоку самостійної роботи студенти мають виконати індивідуальне завдання у вигляді формування словника термінів у сфері психологічної компетентності фахівця у галузі філології.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 8 / 9

8. Методи навчання

У процесі викладання даного предмету використовуються:

- а) методи організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності (пояснення, інструктаж, розповідь, лекція, робота з підручником; ілюстрування, демонстрування, самостійне спостереження, вправи, практичні роботи);
- б) методи стимулювання навчальної діяльності (навчальна дискусія, пізнавальні ігри, створення ситуації інтересу у процесі викладення, створення ситуації новизни, опора на життєвий досвід студента);
- в) методи контролю і самоконтролю у навчанні (усний, письмовий, тестовий, самоконтроль і самооцінка).

9. Методи контролю

Поточний контроль, контроль самостійної роботи, модульний контроль, контроль виконання індивідуальних завдань, залік.

10. Розподіл балів

Поточне тестування та самостійна робота																Сума
Змістовий модуль №1								Змістовий модуль №2								
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	100
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	8	8	

Шкала оцінювання

За шкалою	Екзамен	Бали
A	Відмінно	90-100
B	Добре	82-89
C		74-81
D	Задовільно	64-73
E		60-63
FХ	Незадовільно	35-59
F		0-34

11. Рекомендована література

Основна література

- Варій М. Психологія. Навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 288 с.
- Гроф С. Психологія майбутнього. Уроки сучасних досліджень самості. Львів: Terra Incognita, 2019. 400 с.
- Максименко С.Д. Загальна психологія : навч. посіб. Київ : Центр учб. літ., 2018. – 271 с.
- Мясоїд П. Курс загальної психології. Київ : Алерта, 2021. 496 с.
- Основи соціальної психології : підручник для закладів вищої освіти / П. П. Горностай, М. М. Слюсаревський, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, Н. В. Хазратова та ін. ; за ред. М. М. Слюсаревського. – Київ : Талком, 2018. 580 с.

Житомирська політехніка	МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА» Система управління якістю відповідає ДСТУ ISO 9001:2015	Ф-31.07- 04.01/033.00.1/Б/ОК7- 1-2023
	Екземпляр № 1	Арк 9 / 9

6. Матеюк О. А. Психологічна складова професійної діяльності капеланів у військових медичних закладах. Наукові перспективи. 2022. № 8(26). С. 402–408. URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/np/issue/view/80/193>

7. Жигайло Н., Матеюк О. Психологічний супровід військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2022. Випуск 13. С. 64–70. – Режим доступу: http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/13_2022/8.pdf DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2022.13.8>.

Допоміжна література

1. Васильєв Я. В. Психокорекція позицій цільової спрямованості особистості: навч. посіб. / Я. В. Васильєв, В. І. Каневський. Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. – 88 с.

2. Гнатко М. М. Психокорекція синдрому «психоемоційного вигорання» / Суспільні трансформації: людина, держава, соціум: матеріали доповідей Міжнародної науково-практичної конференції (29 жовтня 2020 р.). Львів: Львівський інститут ПрАТ «ВНЗ «МАУП», 2020. – С. 41-45.

3. Іванченко О.С. Особливі аспекти переживання провини та психокорекція провини-риси / Scientific Journal VIRTUS №54, May, 2021. С. 32-38.

4. Комарек С. Тіло, душа та їхнє спасіння або Нариси про здоров'я, нездоров'я і психосоматику. Львів. – Априорі, 2021. – 232 с.

5. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Навч. Посібн. Модульнорейтинговий курс. 3-тє вид. – К.: Видавничий дім „Персонал”, 2019. 544 с.

6. Корб А. У пастці депресії. Як подолати тривожність і радіти життю. Київ, 2019. 216 с.

Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Електронна бібліотека Державного університету «Житомирська політехніка» <http://eztuir.ztu.edu.ua/>

2. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>.

3. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>.

4. Психологічна бібліотека Псі-фактор: <http://psyfactor.org>.

5. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua/>.

6. Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова: <https://lib.udu.edu.ua/>.

7. Портал професійних психологів України «У психолога»: <http://upsihologa.com.ua/>.