

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет водного господарства та  
природокористування  
Навчально-науковий інститут економіки і менеджменту  
Кафедра суспільних дисциплін

**07-03-447М**

**МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ**

до семінарських занять та самостійного вивчення  
з навчальної дисципліни

**«ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ»**

для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за  
освітньо-професійною програмою  
«Креативна та цифрова культура»  
спеціальності 034 «Культурологія» денної і заочної форм  
навчання

Рекомендовано радою з якості  
ННІЕМ  
Протокол № 8 від 29.01.2024 р.

Рівне – 2024

Методичні вказівки до семінарських занять та самостійного вивчення з навчальної дисципліни «Основи психології» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за освітньо-професійною програмою «Креативна та цифрова культура» спеціальності 034 Культурологія денної і заочної форм навчання. [Електронне видання] / Якубовська С. С. – Рівне : НУВГП, 2024. – 32 с.

Укладач: Якубовська С. С., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри суспільних дисциплін.

Схвалено на засіданні кафедри суспільних дисциплін.

Протокол № 7 від 28.12.2023 року.

Відповідальний за випуск: Олексін Ю. П., доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри суспільних дисциплін.

© С. С. Якубовська, 2024  
© НУВГП, 2024

## ЗМІСТ

1. Вступ
2. Методичні поради для роботи над дисципліною
3. Плани семінарських занять
4. Види самостійної роботи
5. Питання до підсумкового контролю з дисципліни
6. Рекомендована література
7. Інформаційні ресурси

## Вступ

Вивчення дисципліни „Основи психології” передбачає здобуття студентами уявлень про природу психіки людини, співвідношення природних (натуральних) і соціальних (культурних) чинників становлення та розвитку особистості.

Для успішного здійснення професійної діяльності необхідними є знання про сутність та складові поведінки людини, знання про закономірності перебігу психічних процесів, сутність психічних станів людини, індивідуально-психологічні властивості особистості, а також психологічні (суспільні за своєю внутрішньою сутністю) фактори розвитку міжособистісних та міжгрупових стосунків.

Метою вивчення навчальної дисципліни є пізнання закономірностей психічної діяльності та індивідуально-психологічних властивостей особистості; формування потреби в особистісному розвитку, вмінь виявляти психологічні особливості інших людей та будувати позитивні стосунки з оточенням і досягати індивідуальних цілей у процесі навчання, системи психолого-педагогічних знань, які сприятимуть ефективності професійної діяльності фахівця сфери креативної та цифрової культури.

Основними завданнями навчальної дисципліни є:

- засвоєння основних термінів і понять психології тлумачення та використання їх у повсякденному та професійному житті;
- формування вмінь і навичок використання психодіагностичних методик відповідно до їх призначення, психологічних знань про людину для аналізу конкретних життєвих ситуацій.

Студент, вивчаючи дисципліну „Основи психології”, має

### **знати:**

- закономірності становлення наукової психології; основний зміст науково-теоретичного психологічного знання (на відміну від знання стихійно емпіричного);
- основні складові та напрями сучасних психологічних досліджень;
- психологічну структуру та основні підходи до вивчення особистості; зміст основних характеристик індивідуально-психологічного життя людини (здібності, характер, темперамент);

- значення та співвідношення пізнавальної (інтелектуальної) та емоційно-вольової (афективної) сфери у житті людини;
- структуру, функції та зміст основних видів діяльності;
- сутність спілкування як засобу міжособистісної взаємодії;

**уміти:**

- володіти основними категоріями психологічних знань та застосовувати їх при виконанні теоретичних і практичних завдань;
- ставити мету, планувати задачі та визначати методи дослідження психологічних категорій (пізнавальні процеси, емоційна сфера, прояви індивідуальності);
- інтерпретувати дані досліджень та визначати напрями корекційної роботи з урахуванням індивідуально-психологічних властивостей особистості.

В результаті:

**володіти такими компетенціями, як:**

ЗК3 Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел

ЗК4 Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК5 Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп(з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності).

ЗК7 Здатність працювати автономно.

ЗК8 Здатність працювати в команді.

ЗК12 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

ФК5 Здатність використовувати різноманітні джерела інформації та методологічний апарат культурології для виявлення, аналізу культурних потреб суспільства.

ФК15 Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

**демонструвати такі програмні результати навчання:**

PH1 Мати навички критичного мислення, викладати у зрозумілий спосіб власні думки, здійснювати їх аргументацію.

PH6 Виявляти, перевіряти та узагальнювати інформацію щодо різноманітних контекстів культурної практики, визначати ступінь її актуальності із застосуванням релевантних джерел, інформаційних, комунікативних засобів та візуальних технологій.

PH13 Презентувати знання про культуру відповідно до спеціалізації представників різних професійних груп та здобувачів освіти.

## Методичні поради для роботи над дисципліною

Зміст дисципліни реалізується опануванням трьох блоків: теоретичного, практичного та блоку самостійної роботи.

Напрямами самостійної роботи з вивчення курсу є: вивчення окремих тем та питань, підготовка фіксованих виступів, підготовка до семінарських занять.

Для розуміння студентами змісту курсу, системи семінарських занять та самостійного вивчення, форми підсумкового контролю вказівки містять програму навчальної дисципліни, теми і плани семінарських занять, теми самостійної роботи та вимоги до звіту про її виконання, індивідуальні завдання, питання до модульного контролю, рекомендовану (базову, допоміжну) літературу, інформаційні ресурси.

Для успішної підготовки до семінарського заняття розділ «Плани семінарських занять» містить тему, вид семінарського заняття, методи, які будуть застосовуватись в процесі проведення семінару, мотивацію навчання, мету, актуалізацію опорних знань, план, основні поняття, зміст узагальнення вивченого, завдання для підготовки до семінарського заняття, контрольні запитання до теми та літературу з вказівкою сторінок вивчення відповідної теми.

З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, студентам пропонується опрацювання конспекту лекції, рекомендованої літератури та контрольні запитання для самоперевірки.

## Плани семінарських занять

### Семінарське заняття №1

**Тема:** Методи психологічних досліджень

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення

**Мета:** *знати* предмет і завдання, етапи розвитку психології як науки, наукові школи (напрямки) сучасної психології, основні категорії психології, основні та допоміжні методи психологічних досліджень

*вміти* здійснювати порівняльний аналіз теорій сучасної психології, обґрунтовувати доцільність використання методів психологічних досліджень, визначати за допомогою тестів рівень здібностей в області практичної психології, вмінь реально оцінювати інших.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання до теми «Цілі та завдання психолого-педагогічної підготовки. Психологія як наука. Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки»

#### План

1. Основні вимоги до методів психології.
2. Основні методи психології. Спостереження та експеримент.
3. Допоміжні методи психологічних досліджень.
4. Кількісний та якісний аналізи дослідження психічних явищ.

**Основні поняття:** психологія, психіка, поведінка, наукові школи сучасної психології, основні методи психологічних досліджень, спостереження, експеримент, допоміжні методи психологічних досліджень, опитування, тест, бесіда, інтерв'ю, методи аналізу продуктів діяльності, самооцінки, незалежних характеристик,



кількісний та якісний аналізи психологічних досліджень

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з психологічними тестами, діагностика знань

### **Література:**

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11)
4. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

### **Контрольні питання**

до теми «Цілі та завдання психолого-педагогічної підготовки. Психологія як наука. Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки»

1. Дайте визначення психології як науки.
2. Визначте предмет психології.
3. Визначте основні категорії психології.
4. Охарактеризуйте структуру психіки.
5. Охарактеризуйте розвиток психіки.
6. Охарактеризуйте рівні вияву психіки.
7. Назвіть етапи розвитку психології як науки.

8. Назвіть та охарактеризуйте напрями (наукові школи) сучасної психології.
9. Охарактеризуйте групи наукової психології.
10. Визначте та охарактеризуйте методологічні принципи психології.
11. Назвіть та охарактеризуйте основні методи психологічних досліджень.
12. Назвіть та охарактеризуйте допоміжні методи психологічних досліджень.
13. Визначте умови одержання надійних результатів дослідження.

## Семинарське заняття № 2

**Тема:** Закономірності і властивості відчуттів та сприймання

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* визначення відчуття, сприймання, спостереження, спостережливості, уваги, уважності; класифікацію, різновиди, основні закономірності та властивості відчуттів і сприймання; види і форми уваги, фактори, які сприяють привертанню і підтриманню уваги.

*вміти* здійснювати порівняльний аналіз відчуттів і сприймання, визначати різновиди відчуттів і сприймання, види та форми уваги.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання до теми «Форми вияву психіки: сенсорно-перцептивний рівень пізнання»

### План

1. Закономірності та властивості відчуттів.
2. Закономірності та властивості сприймання.
3. Увага як умова адекватного сприймання. Види і форми уваги. Характерні особливості уваги. Основні принципи корекції уваги.

4. Уважність і спостережливість як властивості особистості.

**Основні поняття:** сенсорно-перцептивний рівень пізнання, відчуття, сприймання, властивості відчуттів, властивості сприймання, спостереження, спостережливість, увага, види уваги, форми уваги, уважність.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з психологічними тестами, діагностика знань

### **Література:**

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11)
4. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

**Контрольні запитання** до теми «Форми вияву психіки: сенсорно-

перцептивний рівень пізнання»

1. Охарактеризуйте форми пізнавальної діяльності.
2. Дайте визначення пізнавальної діяльності.
3. Охарактеризуйте чуттєву пізнавальну діяльність.
4. Дайте визначення відчуття.
5. Охарактеризуйте різновиди відчуттів.
6. Охарактеризуйте загальні властивості відчуттів.
7. Дайте визначення сприймання.
8. Охарактеризуйте різновиди сприймання.
9. Охарактеризуйте властивості сприймання.
10. Дайте визначення спостереження.
11. Дайте визначення спостережливості.
12. Дайте визначення увазі.
13. Охарактеризуйте види і форми уваги.
14. Дайте визначення уважності.
15. Охарактеризуйте основні принципи корекції уваги.

### Семінарське заняття № 3

**Тема:** Уява як вища форма розумової діяльності

**Вид заняття:** семінар-доповідь

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* визначення та види мислення, пам'яті, мовлення, уяви;

*вміти* визначати різновиди мислення, пам'яті, уяви; застосовувати отримані знання в професійній діяльності

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань :** контрольні запитання до теми «Форми вияву психіки: раціональні форми пізнання»

## План

1. Поняття про уяву. Різновиди уяви.
2. Процес створення образів (прийоми) уяви. Індивідуальні особливості уяви людини.
3. Уявлення. Зв'язок уявлення з мовленням. Поняття про мовлення. Функції мовлення. Різновиди мовлення.
4. Мова і мовлення як засоби задоволення пізнавальних потреб людини. Поняття про мову. Елементи мови. Функції мови.

**Основні поняття:** мислення, пам'ять, уява, уявлення, мова, мовлення.

**Узагальнення вивченого:** діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами.

### Література:

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11)
4. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).

### Завдання для підготовки до семінарського заняття

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

**Контрольні запитання до теми «Форми вияву психіки: раціональні форми пізнання»**

1. Охарактеризуйте раціональну пізнавальну діяльність.
2. Дайте визначення мисленню.
3. Назвіть та охарактеризуйте види мислення.
4. Назвіть та охарактеризуйте етапи розумової дії.
5. Назвіть та охарактеризуйте прийоми мислення.
6. Назвіть та охарактеризуйте індивідуальні особливості мислення або якості розуму.
7. Дайте визначення професійному мисленню.
8. Дайте визначення пам'яті.
9. Назвіть та охарактеризуйте види пам'яті.
10. Назвіть та охарактеризуйте процеси пам'яті.
11. Назвіть та охарактеризуйте індивідуальні відмінності пам'яті.
12. Дайте визначення уяві.
13. Назвіть та охарактеризуйте різновиди уяви.
14. Назвіть прийоми створення образів уяви.
15. Дайте визначення мови.
16. Назвіть елементи мови.
17. Назвіть функції мови.
18. Дайте визначення мовленню.
19. Назвіть та охарактеризуйте функції мовлення.
20. Назвіть та охарактеризуйте різновиди мовлення.

**Семінарське заняття № 4**

**Тема:** Форми переживання емоцій і почуттів. Виховання волі

**Вид заняття:** семінар-практикум

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* визначення емоцій, почуттів, волі, основні шляхи подолання стресу та виховання волі

*вміти* визначати основні емоційні стани; застосовувати отримані знання в професійній діяльності

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань** : контрольні запитання до теми «Форми вияву психіки: емоційно-вольова сфера людини»

### **План**

1. Форми переживання почуттів.
2. Основні шляхи подолання стресу.
3. Техніки керування емоціями.
4. Воля. Довільні дії та їх особливості. Аналіз складної вольової дії.
5. Виховання волі. Безвілля, його причини та переборення.

**Основні поняття:** емоції, почуття, психічні стани, форми переживання почуттів, воля, вольові якості особистості.

**Узагальнення вивченого:** діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами.

### **Література:**

5. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
6. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
7. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11)
8. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).

**Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

**Контрольні запитання до теми «Форми вияву психіки: емоційно-вольова сфера людини»**

1. Поняття про емоції та почуття.
2. Функції емоцій і почуттів.
3. Основні емоційні стани.
4. Форми переживання почуттів.
5. Основні шляхи подолання стресу.
6. Характерні особливості почуттів.
7. Вищі почуття.
8. Шляхи подолання стресу.
9. Техніки керування емоціями.
10. Індивідуальні емоційні прояви.
11. Поняття про волю.
12. Вольові дії.
13. Структура вольового акту.
14. Вольові якості особистості.
15. Вольова активність людини.
16. Виховання волі.
17. Безвілля, його причини та переборення.

### **Семінарське заняття № 5**

**Тема:** Індивідуально-психологічні властивості особистості

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* визначення темпераменту, психологічні теорії



темпераменту, психологічну характеристику та діагностику типів темпераменту; визначення характеру, взаємозв'язок темпераменту й характеру, акцентуації характеру; визначення здібностей, види здібностей;

*вміти* здійснювати порівняльний аналіз теорій та типів темпераменту, обґрунтувати взаємозв'язок темпераменту й характеру, визначати акцентуації характеру, рівні розвитку здібностей.

**Мотивація навчання:** особистісне і професійне самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання до теми «Психологія особистості. Розвиток особистості та «Я-концепція», індивідуально-психологічні властивості особистості».

### **План**

1. Поняття про темперамент. Теорії темпераменту. Типи темпераментів, основні властивості темпераменту. Роль темпераменту в діяльності людини.
2. Поняття про характер. Структура характеру. Основні риси типового характеру. Формування характеру.
3. Поняття про здібності. Структура здібностей. Різновиди здібностей. Індивідуальні відмінності у здібностях людей та їх природні передумови.

**Узагальнення вивченого:** діагностика знань (тестовий контроль), виконання вправ, робота з психологічними тестами

**Ключові слова:** темперамент, типи темпераментів, характер, акцентуації характеру, задатки, здібності, обдарованість, талант, геніальність

### **Література:**

9. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
10. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс :

навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)

11. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11)

12. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

### **Контрольні запитання до теми «Індивідуально-психологічні властивості особистості»**

1. Охарактеризуйте та порівняйте поняття індивід, особистість, індивідуальність.
2. Проаналізуйте структуру особистості.
3. Дайте визначення самосвідомості.
4. Охарактеризуйте структуру самосвідомості.
5. Охарактеризуйте структурні елементи «Я-Концепції».
6. Дайте визначення самооцінки, рівня домагань, самоповаги.
7. Назвіть шляхи збереження самоповаги.
8. Назвіть механізми пасивного психологічного захисту.
9. Охарактеризуйте типи темпераменту.
10. Назвіть прояви, риси, акцентуації характеру.
11. Охарактеризуйте види людських здібностей.
12. Проаналізуйте структуру здібностей.

## Семінарське заняття № 6

**Тема:** Роль емоційного інтелекту в розвитку особистості

**Вид заняття:** семінар - розгорнута бесіда

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мотивація навчання:** особистісне і професійне самовдосконалення

**Мета:** *знати* поняття «емоційний інтелект» та його структуру, складові емоційного інтелекту, його роль в професійній діяльності майбутніх фахівців;

*вміти* використовувати емоційний інтелект для професійного зростання, розвивати якості, які сприятимуть підвищенню рівня емоційного інтелекту

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання до теми

### План

1. Поняття «емоційний інтелект». Структура емоційного інтелекту.
2. Внутрішньоособистісна сфера: самоактуалізація, самооцінка, асертивність.
3. Сфера керування стресом: толерантність до стресу (стресостійкість), контроль імпульсивності.
4. Сфера загального настрою: задоволеність життям, оптимізм.
5. Сфера міжособистісних стосунків: міжособистісні вміння.
6. Сфера адаптивності: поведінка в конфліктах, стратегії (стилі) поведінки в конфліктах.
7. Емоційний інтелект і професійний успіх.

**Основні поняття:** емоційний інтелект, самовктуалізація, самооцінка, асертивність, стресостійкість, контроль імпульсивності, загальний настрій, міжособистісні вміння, стилі поведінки в конфліктах

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з психологічними тестами, тестовий контроль знань

## **Література:**

1. Стейн Стівен Дж., Бук Говард І. Переваги EQ: Емоційний інтелект та ваші успіхи / Пер. З англ. Днепропетровськ: Баланс Бізнес Букс, 2007. 384 с. (Т.6)
2. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11)
3. Якубовська С. С. Психологія управління : навч. посібник / Рівне : НУВГП, 2010. 360 с. (Т.1-11).

## **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

### **Контрольні питання до теми**

1. Поняття «емоційний інтелект».
2. Структура емоційного інтелекту.
3. Внутрішньо особистісна сфера.
4. Сфера керування стресом.
5. Сфера загального настрою.
6. Сфера міжособистісних стосунків.
7. Сфера адаптивності.
8. Емоційний інтелект і професійний успіх.

### **Семінарське заняття № 7**

**Тема:** Саморозвиток особистості

**Вид заняття:** семінар-доповідь

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* знати принципи, правила, методи, засоби, прийоми саморозвитку особистості.

*вміти* застосовувати отримані знання в професійній діяльності

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань :** контрольні запитання до теми «Розвиток особистості»

### **План**

1. Принципи і правила саморозвитку особистості.
2. Розумна організація життя та діяльності
3. Оволодіння саногенним мисленням
4. Оволодіння практичними знаннями і навиками психології активності та саморегуляції

**Основні поняття:** саморозвиток, особистість, ортобіотика, саногенне мислення, релаксація, рекреація, катарсис, саморегуляція,

**Узагальнення вивченого:** діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами

### **Література:**

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11).

4. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).

5. Якубовська С. С. Психологія управління : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2010. 360 с. (Т.1-11)

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

#### **Контрольні запитання до теми «Розвиток особистості»:**

1. Поняття про розвиток особистості.
2. Психолого-педагогічні закономірності онтогенезу людини.
3. Теорії розвитку. Піраміда потреб Маслоу.
4. Шляхи і методи гармонізації та удосконалення особистості.
5. Життєвий цикл індивіда
6. Сфери розвитку особистості
7. Періоди розвитку особистості
8. Фактори, що впливають на розвиток особистості
9. Шляхи і методи гармонізації та удосконалення особистості

### **Семінарське заняття № 8**

**Тема:** Професійна придатність фахівця сфери фахівця сфери креативної та цифрової культури

**Вид заняття:** семінар - практикум

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* соціально - психологічні закономірності професійного становлення особистості

*вміти* застосовувати отримані знання в професійній діяльності

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань** : контрольні запитання (тестовий контроль) до теми «**Діяльність як форма активності особистості**»

### **План**

1. Соціально-психологічні закономірності професійного становлення особистості фахівця сфери креативної та цифрової культури.
2. Професійна «Я-концепція» майбутнього фахівця.
3. Розвиток професійно-цінних якостей особистості фахівця сфери креативної та цифрової культури.

**Основні поняття:** діяльність, педагогічна діяльність, професійна «Я-Концепція», професійно-ціннісні якості.

**Узагальнення вивченого:** діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами.

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11).
4. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).
5. Якубовська С. С. Психологія управління : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2010. 360 с. (Т.1-11)

## **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

### **Контрольні запитання до теми «Діяльність як форма активності особистості»**

1. Поняття про діяльність.
2. Діяльність як цілеспрямована й усвідомлена активність особистості.
3. Структура діяльності: цілі, мотиви, дії.
4. Компоненти дії і їх функції.
5. Основні види людської діяльності.
6. Класифікація діяльності.
7. Поняття про навички, вміння, звички.
8. Професійна діяльність.

### **Семінарське заняття № 9**

**Тема:** Засоби професійної комунікації фахівця сфери креативної та цифрової культури

**Вид заняття:** семінар - практикум

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* вербальні, невербальні, комп'ютерні засоби професійно-педагогічної комунікації, правила педагогічного спілкування

*вміти* застосовувати отримані знання в професійній діяльності

**Мотивація навчання** особистісне і професійне



самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань :** контрольні запитання до теми  
**«Спілкування як феномен психології»**

### **План**

1. Вербальні засоби професійної комунікації.
2. Невербальні засоби професійної комунікації.
3. Комп'ютерні засоби професійної комунікації.
4. Культура мови і культура мовлення фахівця сфери креативної та цифрової культури.

**Основні поняття:** вербальні, невербальні, комп'ютерні засоби професійної комунікації, правила професійного спілкування

**Узагальнення вивченого:** діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами, тестовий контроль знань

### **Література:**

1. Волкова Н. П. Професійно-педагогічна комунікація : навч. посібник. К. : ВЦ «Академія», 2006. С. 113–209. (Альма-матер).
2. Савчин М. В. Педагогічна психологія : навч. посіб. К. : Академвидав, 2007. С. 344–348 (Альма-матер).
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2003. С. 70–79.
4. Філоненко М. М. Психологія спілкування. підручник. К. : Центр учбової літератури, 2008. С. 151.
5. Фіцула М.М. Педагогіка вищої школи : навч. посіб. К. : «Академвидав», 2006. С.53–57. (Альма-матер).

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані

контрольні запитання.

### **Контрольні запитання до теми «Спілкування як феномен психології»**

1. Сутність педагогічного спілкування.
2. Особливості, функції педагогічного спілкування.
3. Структура педагогічного спілкування.
4. Стиль та моделі педагогічного спілкування викладача і студента.
5. Бар'єри та ускладнення у процесі комунікації.
6. Педагогічні конфлікти, їх види і причини виникнення.
7. Розв'язання та усунення педагогічних конфліктів.
8. Засоби професійно-педагогічної комунікації: вербальні, невербальні, комп'ютерні.
9. Формування комунікативної культури викладача і студента.
10. Правила педагогічного спілкування.

### **Семінарське заняття № 10**

**Тема:** Психологія міжособистісних стосунків у групі

**Вид заняття:** семінар - розгорнута бесіда

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота

**Мета:** *знати* визначення понять «соціальна група», «міжособистісні стосунки», «психологічна сумісність», «конфлікт»; види соціальних груп, міжособистісних стосунків, сумісності, конфліктів

*вміти* застосовувати отримані знання в професійній діяльності

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення

**Актуалізація опорних знань :** контрольні запитання (тестовий

контроль) до тем «Соціально-психологічна сфера особистості», «Організація безпечного професійного середовища в умовах воєнного стану»

### **План**

1. Види міжособистісних стосунків.
2. Види сумісності. Психологічна сумісність.
3. Конфлікт у міжособистісних стосунках.
4. Булінг, мобінг, кібербулінг: шляхи вирішення проблеми.

**Основні поняття:** група, види груп, міжособистісні стосунки, види міжособистісних стосунків, психологічна сумісність, види сумісності, конфлікт, види конфліктів, булінг.

**Узагальнення вивченого:** діагностика знань, виконання вправ, робота з психологічними тестами.

### **Література:**

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11).
4. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).
5. Якубовська С. С. Психологія управління : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2010. 360 с. (Т.1-11)

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття**

**I.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати (створити презентацію) та підготувати виступи відповідно до плану семінарського заняття.

**II.** З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект та рекомендовану літературу, **знати усно** відповіді на запропоновані контрольні запитання.

**Контрольні запитання до теми «Соціально-психологічна сфера особистості»**

1. Поняття про групу.
2. Класифікація груп.
3. Види міжособистісних стосунків.
4. Види сумісності.
5. Психологічна сумісність.
6. Поняття про конфлікт.
7. Види конфліктів.
8. Поняття про булінг.
9. Шляхи запобігання булінгу.

#### **Теми для самостійного вивчення**

№ з/п	Назва теми
1.	Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки: свідомий несвідомий
2.	Увага. Спостереження. Спостережливість
3.	Мова і мовлення як засоби задоволення пізнавальних потреб людини
4.	Фізіологічне підґрунтя емоцій і почуттів. Теорії емоцій. Індивідуальні емоційні прояви
5.	Теорії розвитку особистості
6.	Творча діяльність
7.	Ділове спілкування
8.	Закономірності функціонування малих груп

## **Оформлення звіту про самостійну роботу**

Підсумком самостійної роботи вивчення дисципліни є складання письмового звіту за темами, вказаними в таблиці.

Захист звіту про самостійну роботу відбувається у терміни, обумовлені студентом і викладачем

### **Види самостійної роботи**

1. Письмовий звіт за темами, вказаними в таблиці.
2. Психологічний портрет майбутнього фахівця.
3. Презентація наукового фільму з психології.
4. Презентація першоджерел.
5. Презентація наукової статті.
6. Написання наукової статті для публікації.
7. Підготовка виступу на студентську конференцію.
8. Участь в олімпіаді з психології.

### **Питання до модульного контролю з дисципліни**

1. Основні категорії психології.
2. Раціональна сфера пізнавальної діяльності.
3. «Я-концепція» особистості.
4. Міжособистісні стосунки, їх типи.
5. Спілкування та його функції.
6. Діяльність. Психологічна структура діяльності.
7. Конфлікт. Види конфліктів.
8. Спілкування та його види.
9. Сенсорно-перцептивний рівень пізнання.
10. Соціально-психологічна сфера особистості.
11. Характер як індивідуально-психологічна властивість особистості.
12. Темперамент як індивідуально-психологічна властивість особистості.
13. Здібності як індивідуально-психологічна властивість особистості.

14. Психологія як наука.
15. Особистість. Структура особистості.
16. Форми переживання почуттів.
17. Основні емоційні стани.
18. Методи психологічних досліджень.
19. Емоційно-вольова сфера особистості.
20. Відчуття. Різновиди відчуттів.
21. Сприймання. Різновиди сприймання.
22. Основні види діяльності.
23. Стили поведінки при розв'язанні конфліктів.
24. Шляхи розв'язання конфліктних ситуацій.
25. Структура спрямованості особистості.
26. Функції спілкування.
27. Мислення. Різновиди, прийоми мислення.
28. Пам'ять. Процеси пам'яті.
29. Уява. Різновиди уяви.
30. Увага. Форми та різновиди уваги.

## **Рекомендована література**

### **Базова**

1. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 272 с. (Т.1-11).
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс : навчальний посібник. К. : «Центр навчальної літератури», 2021. 388 с. (Т.1-11)
3. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : посібник. К. : Академвидав, 2012. 528 с. (Т.1-11).
4. Якубовська С. С. Психологія і педагогіка : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2012. 324 с. (Т.1-11).
5. Якубовська С. С. Психологія управління : навч. посібник. Рівне : НУВГП, 2010. 360 с. (Т.1-11)

## Допоміжна література

1. Бенеш Г. Психологія:dtv-Atlas: Довідник / пер. з нім. ; худож. Герман і Катаріна фон Заальфельд; Наук. ред. пер. В. О. Васиютинський. К. : Знання-Прес, 2007.510 с.: іл. (Т.1-11)
2. Волкова Н. П. Професійно-педагогічна комунікація : навч. посібник. К. : ВЦ «Академія», 2006. 256 с. (Альма-матер). (Т.9-11)
3. Макарова Л. І., Гах Й. М. Основи психології і педагогіки : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2005. 116 с. (Т.1-11)
4. М'ясоїд П. А. Загальна психологія : навч. посіб. 3-тє вид., випр. К. : Вища шк., 2004. 487 с. (Т.1-11)
5. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія : навчальний посібник. К. : Академвидав, 2005. 448 с. (Альма-матер). (Т.9-11)
6. Павелків Р. В. Загальна психологія : підручник. К., 2004. 506 с. (Т.1-11)
7. Психологія : підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова ; 4-те вид., стереотип. К. : Либідь, 2005. 558 с. (Т.1-11)
8. Савчин М. В. Педагогічна психологія : навч. посіб. К. : Академвидав, 2007. 424 с. (Альма-матер). (Т.6-11)
9. Філоненко М. М. Психологія спілкування : підручник. К. : Центр учбової літератури, 2008. 224 с. (Т.9-11)

## Інформаційні ресурси

1. Наукова бібліотека НУВГП – м. Рівне, вул. Олекси Новака, 75. URL: <http://lib.nuwm.edu.ua/>
2. Обласна наукова бібліотека – м. Рівне, майдан Короленка, 6. URL: <http://lib.rv.ua>
3. Освіта.UA: Освіта в Україні та за кордоном. URL: <http://osvita.ua/>
4. Вища освіта. URL: [http://osvita.ua/legislation/Vishya\\_osvita/](http://osvita.ua/legislation/Vishya_osvita/)
5. Обласна наукова бібліотека (м. Рівне, майдан Короленка,6. URL: <http://www.lib.rv.ua/>
6. Психологічний сайт. URL: <http://psy.piter.com/>
7. Рівненська централізована бібліотечна система (м.Рівне, вул. Київська,44). URL: <http://www.cbc.rv.ua>