



## Силабус курсу Особистісний розвиток

Ступінь вищої освіти – бакалавр  
Освітньо-професійна програма «Екологічна  
безпека та охорона навколишнього середовища»

Рік навчання: Семестр:  
Кількість кредитів: 5 Мова викладання: українська

### Керівник курсу

ІІІ

кандидат психологічних наук, доцент  
Надвичина Тетяна Лонгінівна

Контактна інформація [ps-tneu@ukr.net](mailto:ps-tneu@ukr.net), +380673706372

### Опис дисципліни

Дисципліна «Особистісний розвиток» спрямована на формування у студентів комплексу неспеціалізованих, надпрофесійних навичок, які відповідають за успішну участь у робочому процесі, високу продуктивність і, на відміну від спеціалізованих навичок, не пов'язані з конкретною сферою, та включають в себе здатність креативно мислити й управляти часом, навички самоуправління, вербальної і невербальної комунікації, нетворкінгу, керування проектами, командування тощо.

### Структура курсу

Годин (лек. /прак.)	Тема	Результати навчання
2/1	Тема 1. Менеджмент власного життя, навички самоуправління (self- management).	Вміти створювати та підтримувати власну мотивацію. Взяття відповідальності. Постановка цілей. Короткострокові, середньострокові та довгострокові методи досягнення поставлених цілей. Управління часом (time-management). Визначення пріоритетності діяльності. Обізнаність з витратами часу та способи їх уникнення. Створення персонального бренду (я-бренд).

2/1	Тема 2. Розвиток критичного мислення.	Проводити порівняння критичного та некритичного мислення. Рекомендації щодо критичного читання та оцінювання інформації. Рекомендації для ефективного написання звітів. Головні елементи критичного мислення. Техніки вербального та письмового переконання. Логічні похибки. Візуальні засоби раціонального прийняття рішень. Коректна інтерпретація статистики.
-----	---------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2/1	Тема 3. Навички презентації та самопрезентації	Вміти готувати презентацію, визначати часзахисту презентації. Реалізація презентації(повний сценарій). Форми мовлення, чинникисередовища. Візуальні, вербальні таневербальні засоби. Взаємодія з аудиторією та управління питаннями. Контроль нервування. Мистецтво публічного виступу, риторика публічного виступу. Репетиція
2/1	Тема 4. Ведення академічних дебатів. Групова дискусія.	Знати основи академічних дебатів. Головні формати дебатів. Слухання та реагування на критику. Врахування зауважень. Розумінняприроди дискусії. Різниця між дискусією та дебатами. Способи формування та подання аргументів, способи захисту наукової роботи.
2/1	Тема 5. <u>Командоутворення (teambulding)</u>	Знати природу колективу, розуміти особисті та професійні цілі членів групи, ефективно працювати в команді шляхом побудови стосунків та міжособистісного спілкування. Переваги групової роботи. Які виклики несе групова робота та як з ними впоратися. Формування груп. Розмір груп, час праці, ролі, техніки, стратегії. Стимулювання групової роботи: успішна команда.
2/1	Тема 6. Уміння управляти людьми (People management).	Виявляти суть лідерства, теорії лідерства (теорії рис, взаємодії, ситуаційні,синтетичні). Трансформаційне лідерство ілідерство як обмін з послідовниками. Стили лідерства та керівництва за К. Левіном,Блейком та Мутоном, Лайкертом, Фідлером,Реддіним. Помилки лідерів та їхні наслідки. Способи відновлення після помилок. Деструктивне лідерство. Гендер, культура,етика і лідерство.
2/1	Тема 7. Мистецтво перемовин	Зрозуміти, що таке переговори, шляхи ведення переговорів та досягнення успіху віх процесі, зрозуміти силу мови таневербального спілкування.
2/1	Тема 8. Організація зустрічей	Знати як скликати засідання, організувати зустріч, скласти порядок денний та підготувати протокол засідання.
2/1	Тема 9. Стресовий менеджмент	Знати види стресу, вміти визначати правильну причину стресу, впоратися з тиском та ефективно працювати в стресовихситуаціях, методи вирішення стресової ситуації на робочому місці.
2/1	Тема 10. Креативність	Розуміти важливість креативності, її елементи, вплив гнучкості, фактори, що впливають на креативність, шляхи підвищення рівня креативності, методи креативності. Мозковий штурм, перелік його атрибутів тощо. Загальні ідеї у вирішенні креативних завдань, креативні вправи та ігри.

2/1	Тема 11. Комунікативні навички	Розуміти важливість комунікації. Процес спілкування, форми спілкування, навички слухання, активне та уважне слухання, користь слухання. Мова тіла. Правильна постава, її значення, ефекти правильної мови тіла.
2/1	Тема 12. Емоційний інтелект	Розуміти суть емоційного інтелекту. Елементи аудиторії. Вправи та аналіз. Управління конфліктами. Міжособистісні відносини: Значення міжособистісних стосунків у особистому житті. Поради щодо покращення міжособистісних стосунків/ крос-культури, етнічних груп, побудови команди, динаміки групи.

### Літературні джерела

1. Антюшко Д., Прус Е. Метод асоціативного мислення в освіті. Вісн. Київ. нац. торг.-екон. ун-ту. 2018. № 5. С. 138–146.
2. Асташенкова Д. Ка. Міжнародні візити та переговори: організація і протокольний супровід : навч. посіб. Київ ; Кам'янець-Подільський : Рута, 2020. 88 с.
3. Бочелюк В. Й., Завацька Н. Є., Самойлов О. А. Інтегративні процеси командоутворення групи: соціально-психологічний та етнічний аспекти : монографія. Луганськ : Вид-во СНУ ім. Володимира Даля, 2013. 181 с.
4. Брич В. Я., Корман М. М. Креативний менеджмент : підручник. Тернопіль : ТНЕУ, 2018. 219 с.
5. Головня А., Шурма С. Ділові переговори англійською мовою. Київ : Арій, 2018. 63 с.
6. Ідрісов Б. Формування комунікативної компетентності студентів - майбутніх соціологів як можливості підвищення якості інтерв'ювання. Соціол. студії. 2016. № 1. С. 58–63 Князь С. В., Георгіаді Н. Г. Структура, можливості і перспективи розвитку віртуальної економіки та креативних індустрій. Актуал. проблеми економіки. 2016. № 9. С. 346–351
7. Комарова К. В, Коляда С. П. Лідерство : навч. посіб. Дніпро. 2017. 431 с.
8. Кононенко А. О. Особливості самопрезентаційної поведінки освітян як представників соціономічних професій. Вісн. Одес. нац. ун-ту. Психологія. 2013. вип. 23. С. 143–149.
9. Кононенко А. О. Самопрезентація викладача вищої школи: теорія та практика : монографія. Донецьк : Донбас, 2014. - 338 с.
10. Пилипенко К. О. Докомунікативна самопрезентація як складова мовної особистості в блозі. Держава та регіони. Сер. Соц. комунікації. 2013. Вип. 2. С. 25–28.
11. Прищак М. Д., Лесько О. Й. Теорія стилів менеджменту І. Адізеса: на шляху формування системного підходу до менеджменту. Вісн. Вінниц. політехн. ін-ту. 2016. № 6. С. 39–44.
12. Романченко А. П. Стратегія самопрезентації та її тактики (на матеріалі лінгвістичного дискурсу) : зб. наук. пр. 2018. Вип. 25. С. 197–209.
13. Терещук Д. Стратегії ведення переговорів як необхідна складова змісту навчання міжкультурної компетентності студентів європейського вишу. Молодь і ринок. 2014. № 11. С. 41–44.
14. Чайка Г. Л. Креативність в управлінні : навч. посіб. Київ : Знання, 2017. 222 с
15. Череватюк В. Б., Сірук К. Л. Медіативна процедура вирішення спорів: теоретичні і практичні аспекти. Юрид. вісн. Повітр. і косм. право. 2015. № 2. С. 41–46
16. Чернега О., Осичка О. Управління проектною командою. Наук. вісн. Одес. нац. екон. ун-т. 2018. № 2. С. 187–197.

17. Börner K., Scrivner O., Gallant M., Ma Sh., Liu X., Chewing K., Wu L. Skill discrepancies between research, education, and jobs reveal the critical need to supply soft skills for the data economy. PNAS. vol. 115 № 50. 2018. pp.. 12630–12637
18. Cotet G. B., Balgiu B. A., Zaleschi V.-C.. Assessment procedure for the soft skills requested by Industry 4.0. Matec Web of Conferences. Management and Economic Engineering. 2017. p.8
19. Susan A. Dean. Soft Skills Needed for the 21st Century Workforce. Walden University. 2017. p.146

### Політика оцінювання

**Політика щодо дедлайнів і перескладання.** Для виконання індивідуальних завдань і проведення контрольних заходів встановлюються конкретні терміни. Перескладання модулів відбувається з дозволу дирекції інституту за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

**Політика щодо академічної доброчесності.** Використання друкованих і електронних джерел інформації під час контрольних заходів заборонено.

**Політика щодо відвідування.** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, карантин, воєнний стан, хвороба, закордонне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу з дозволу дирекції інституту.

### Оцінювання

Заліковий модуль 1	Заліковий модуль 2	Заліковий модуль 3
30%	40%	30%
1. Опитування (тестування) на заняттях: 6 тем по 5 балів – мах 30 балів. 2. Письмова робота – мах 70 балів.	1. Усне опитування (тестування) на заняттях: 6 тем по 5 балів – мах 30 балів. 2. Письмова робота – мах 70 балів.	1. Підготовка КПІЗ – мах 40 балів. 2. Захист КПІЗ – мах 40 балів. 3. Участь у тренінгах – мах 20 балів.

### Шкала оцінювання студентів:

ECTS	Бали	Зміст
A	90-100	відмінно
B	85-89	добре
C	75-84	добре
D	65-74	задовільно
E	60-64	достатньо
FX	35-59	незадовільно з можливістю повторного складання
F	1-34	незадовільно з обов'язковим повторним курсом