



## Силабус дисципліни

### Психологія успішної кар'єри

Ступінь вищої освіти – бакалавр  
Галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки  
Спеціальність – 053 Психологія  
Освітньо-професійна програма «Психологія»

Рік навчання: 3 Семестр: 6

Кількість кредитів: 5 Мова викладання: українська

### Керівник

ПП

канд.психол.наук, доц. Бугерко Ярослава Миколаївна

Контактна інформація

[metodology@gmail.com](mailto:metodology@gmail.com), +380983698694

### Опис дисципліни

Актуальною проблемою професійного формування особистості та самореалізації в різних сферах життя є особистісне та професійне зростання. Професійна кар'єра спеціаліста об'єднує успіхи на роботі з етапами особистісного розвитку. Навчальна дисципліна «Психологія успішної кар'єри» розглядає дослідження вітчизняних та іноземних науковців з питань методів досліджень кар'єри, підбору, розстановки, навчання та особистісного і професійного зростання персоналу, дає інформацію про основні концепції, які пояснюють процес праці, підвищення ефективності та продуктивності її, одержання максимальних показників завдяки врахуванню психофізіологічних, індивідуально-психологічних особливостей особистості, показників допінг-стратегії кар'єрної невизначеності, оцінки кар'єрного дистресу та ін.

### Структура дисципліни

№	Тема	Результати навчання	Завдання
1	Психологічні особливості праці в організаціях	Розуміння основних наукових понять дисципліни, вміння здійснювати аналіз зв'язків між ними на основі побудови структурно-логічних схем	Робота зі структурними схемами
2	Фізіологічні реакції організму людини на трудові навантаження та умови праці	Знання психофізіологічних особливостей динаміки працездатності та механізму розвитку втоми під впливом факторів трудового процесу, виробничого і соціального середовища	Поточне опитування, самозвіти

3	Психологічні аспекти підвищення професійної працездатності	Аналіз факторів успішності діяльності та умов швидкої професійної кар'єри. Розвиток вміння відчувати себе комфортно на роботі, розкривати свої сильні сторони у професійному житті	Дискусійне обговорення
4	Професійна діяльність: стреси і конфлікти	Здатність усвідомлювати межі своєї компетентності, дотримуватися норм професійної етики та приймати обґрунтовані рішення при вирішенні виробничих конфліктів.	Розв'язування ситуаційних задач
5	Синдром професійного вигорання: причини, ознаки, стадії розвитку	Вміння використовувати власні ресурси для усунення причин і факторів емоційного вигорання	Виконання вправ визначення рівня власної ресурсності емоційного вигорання
6	Професійне самовизначення суб'єкта та професійна кар'єра	Формування навиків професійної самосвідомості, розвиток здатності до особистісного зростання та професійної кар'єри	Презентації результатів виконаних завдань та досліджень

### Літературні джерела

1. Вебб Керолін. Живи на всі сто: як зробити свій день продуктивним. Київ : Наш формат, 2017. 392с.
2. Бугерко Я. Розвивальний потенціал інноваційних методів діагностування. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. №1, Т.2. С. 17-21.
3. Борданова Л.С., Рощина Н.В., Семенченко Н.В. Управління персоналом Електронне мережне навчальне видання. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022. 119 с. URL : [https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/47918/1/Upravlinnia\\_personalom.pdf](https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/47918/1/Upravlinnia_personalom.pdf)
4. Зленко А. Розвиток комунікативної компетентності у фахівців з документознавства та інформаційної діяльності як запорука успішної кар'єри. *Society. Document. Communication Ed.* 2021, №13. С. 291 – 310.
5. Маслова К. Планування та розвиток успішної кар'єри. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*, 2021. №2(4), 171-175.
6. Орлов В. Кар'єрні орієнтації суб'єктів сучасної професійної школи. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України. Професійна педагогіка* : зб. наук. праць : Вип. 13. Павлоград : ТОВ «ІМА-прес», 2017. С.15-23.
7. Лисенко В. В., Александрович Т. З., Малинка, М. М. (2021). Використання принципів тайм-менеджменту в професійній діяльності як запорука успішної кар'єри випускника закладу вищої освіти. *Іноватика в освіті, науці та бізнесі: виклики та можливості: матеріали конференції*. Київський національний університет технологій та дизайну, С.87 – 91.
8. Навички для успішної кар'єри [курс для здобувачів освіти закладів професійної освіти] К.: 2020. 300 с. URL : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/pto/2021/02/24/Metodychni%20materialy%20kursu%20Navyc>

hky%20dlya%20uspishnoyi%20karyery\_02\_24.pdf

9. Планування й розвиток професійної кар'єри учнівської молоді у системі професійно-технічної освіти (2018) : навчальний посібник за ред. Д. О. Закатнова. Житомир: Полісся, 186 с.
10. Мороз Л., Діхтяренко С. (2022). Особистісні детермінанти готовності студентів-психологів до здійснення професійної кар'єри. Вісник Національного університету оборони України, 89-98.
11. Самолук Н.М. Фізіологія і психологія праці: навч. посіб. Рівне: НУВГП, 2016. 330 с.
12. Деркач Л. М., Марченко О. Г. (2018). Психологія кар'єри та професійна комунікативна толерантність в українському контексті. Міжнародний науковий вісник, 1 (17), 21-33.
13. Blustein, David L., et al. (2019). Expanding the impact of the psychology of working: Engaging psychology in the struggle for decent work and human rights. Journal of Career Assessment. 27.1. 3-28.
14. Schultz, Duane P., and Sydney Ellen Schultz. (2020). Psychology and work today: An introduction to industrial and organizational psychology. Routledge.
15. Tu, M. C., & Okazaki, S. (2021). What is career success? A new Asian American psychology of working. American Psychologist, 76(4), 673.
16. Audibert, A., Amorim, M. V., De Andrade, A. L., & Oliveira, M. Z. D. (2022). Meanings of career success for students and psychology professionals. Estudos de Psicologia (Campinas), 39.

### Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (-20 балів). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

### Оцінювання

Остаточна оцінка за курс розраховується наступним чином:

Для заліку:

Заліковий модуль 1	Заліковий модуль 2	Заліковий модуль 3 (підсумкова оцінка за КПІЗ)
30%	40%	30%
1. Усне опитування під час занять (3 тем по 10 балів = 30 балів). 2. Письмова робота 70 балів	1. Усне опитування під час занять (3 тем по 10 балів = 30 балів). 2. Письмова робота 70 балів	1. Написання КПІЗ, яке включає: підготовка проекту-презентації (реферату) = 60 балів 2. Захист КПІЗ = 30 балів 3. Оцінка за тренінг = 10 балів

Шкала оцінювання студентів:

<b>ECTS</b>	<b>Бали</b>	<b>Зміст</b>
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