

Київський столичний університет імені Бориса Грінченка  
Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти  
Кафедра психології особистості та соціальних практик

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор з науково-методичної та  
навчальної роботи  
Олександр ЖИЛЬЦОВ



2022 р.

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Психологія особистісної ефективності»

для студентів

спеціальності: 053 Психологія

освітнього рівня: першого (бакалаврського)

освітньої програми: 053.00.03 Психологія бізнесу та управління

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА Ідентифікаційний код 02136554	
Начальник відділу моніторингу якості освіти	
Програма № <u>0324/22</u>	
(підпис) <u>Жильцов</u>	(прізвище, ініціал)
«    »	20 <u>22</u> р.

Київ – 2022

**Розробник:**

Столярчук Олеся Анатоліївна, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик

**Викладач:**

Столярчук Олеся Анатоліївна, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик

**Робочу програму розглянуто і затверджено** на засіданні кафедри психології особистості та соціальних практик

Протокол від 27.08.2021 р. №7

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ (Оксана СЕРГЄЄНKOBA)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми (керівником освітньої програми 053.00.03 Психологія бізнесу та управління)

27.08.2021 р.

Керівник освітньої програми \_\_\_\_\_ (Валерій ПОЛЩУК)

Робочу програму перевірено

21.09.2021 р.

Заступник директора \_\_\_\_\_ (Роман ПАВЛЮК)

Пролонговано:

сп на 21/20 н.р. \_\_\_\_\_, 29 «08» 2022 р., протокол № 9

ос на 20 /20 н.р. \_\_\_\_\_, «  » 20   р., протокол №   

ос на 20 /20 н.р. \_\_\_\_\_, «  » 20   р., протокол №   

на 20 /20 н.р. \_\_\_\_\_, «  » 20   р., протокол №

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	заочна
Вид дисципліни	вибіркова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	6/180	
Курс	2	
Семестр	3	
Кількість змістових модулів з розподілом:	6	
Обсяг кредитів	6	
Обсяг годин, в тому числі:	180	
Аудиторні	84	
Модульний контроль	12	
Семестровий контроль	-	
Самостійна робота	84	
Форма семестрового контролю	залік	

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета навчальної дисципліни** – поглиблення фахової компетентності з питань здатності до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку засобами рефлексії й оптимізації індивідуальної стратегії досягнення особистісної ефективності.

### Завдання курсу:

- розкриття змісту та функцій особистісної ефективності як психологічної категорії;
- аналіз сфер, критеріїв і механізмів досягнення та підтримання особистісної ефективності;
- формування здатності до рефлексії й оптимізації індивідуальної стратегії досягнення особистісної ефективності;
- набуття здатності здійснювати надавати психологічний супровід досягненню особистісної ефективності клієнтів;
- формування прагнення до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку, самореалізації.

## 3. Результати навчання за дисципліною

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.03 Психологія бізнесу та управління за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Психологія особистісної ефективності» забезпечує формування таких загальних та фахових компетентностей:

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.

СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Відповідно до Освітньо-професійної програми 053.00.03 Психологія бізнесу та управління за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія, дисципліна «Психологія особистісної ефективності» забезпечує формування таких **програмних результатів навчання**:

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.

ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.

ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

ПР17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

##### Тематичний план

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
<b>Змістовий модуль 1.</b>							
<b>Особистісна ефективність як показник успішної життєвої самореалізації</b>							
Тема 1. Сутність та детермінація особистісної ефективності	4	2		2			
Тема 2. Життєвий успіх як критерій особистісної ефективності	20	2		4			14
Тема 3. Сфери та стратегії досягнення особистісної ефективності	2			2			
Модульний контроль	2						
Разом	28	4		8			14
<b>Змістовий модуль 2.</b>							
<b>Професійна діяльність як платформа досягнення особистісної ефективності</b>							
Тема 4. Усвідомлене професійне самовизначення	4	2		2			
Тема 5. Професійне та кар'єрне зростання	22	2		6			14
Тема 6. Типові проблеми професійного розвитку особистості	4			4			
Модульний контроль	2						
Разом	32	4		12			14
<b>Змістовий модуль 3.</b>							
<b>Особистісна ефективність у медіапросторі</b>							
Тема 7. Самопрезентація особистості в мережі	20	2		4			14
Тема 8. Самовираження та зростання особистості в медіапросторі	4	2		2			
Тема 9. Проблема кібербезпеки особистості	2			2			
Модульний контроль	2						
Разом	28	4		8			14

<b>Змістовий модуль 4.</b>							
<b>Близькі стосунки як вектор реалізації особистісної ефективності</b>							
Тема 10. Психологія любові	16			2			14
Тема 11. Дружні стосунки як успішна соціальної взаємодії особистості	4	2		2			
Тема 12. Сексуальне партнерство як сфера досягнення особистісної ефективності	6	2		4			
Модульний контроль	2						
Разом	28	4		8			14
<b>Змістовий модуль 5.</b>							
<b>Шлюб як підгрунтя особистісної ефективності</b>							
Тема 13. Шлюбно-родинні взаємини як сфера особистісної самореалізації	4	2		2			
Тема 14. Типова динаміка шлюбно-родинної взаємодії	20			6			14
Тема 15. Конструктивне вирішення шлюбно-родинних проблем	6	2		4			
Модульний контроль	2						
Разом	32	4		12			14
<b>Змістовий модуль 6.</b>							
<b>Батьківство як сфера реалізації особистісної ефективності</b>							
Тема 16. Батьківство як соціальний феномен	8	2		6			
Тема 17. Усвідомлене батьківство у вихованні дитини дошкільного віку	4	2		2			
Тема 18. Психологія виховання батьками дитини молодшого шкільного віку	2			2			
Тема 19. Взаємодія батьків з дітьми підліткового та юнацького віку	16			2			14
Модульний контроль	2						
Разом	32	4		12			14
Усього	180	24		60			84

## **5. Програма навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1.**

#### **Особистісна ефективність як показник успішної життєвої самореалізації**

##### **Лекція 1. Особистісна ефективність як психічний феномен (2 год.)**

Поняття про особистісну ефективність як психологічну категорію та психічний феномен. Тлумачення особистісної ефективності в альтернативних психологічних концепціях. Ознаки ефективності особистості на різних етапах онтогенезу.

##### **Основні поняття теми:**

Особистісна ефективність, життєве самоздійснення, гармонійна особистість, особистісне зростання.

**Практичне заняття 1.** Чинники ефективності сучасної особистості.

##### **Лекція 2. Життєвий успіх як критерій особистісної ефективності (2 год.)**

Поняття про життєвий успіх і його ознаки. Сфери досягнення та маркери життєвого успіху. Типові пастки та семантичні кліше щодо життєвого успіху. Загальні шляхи досягнення життєвого успіху.

##### **Основні поняття теми:**

Життєвий успіх, особистісне благополуччя, гармонійна Я-концепція, позитивна мотивація та цілепрокладання.

**Практичне заняття 2.** Життєвий сценарій як предиктор особистісної ефективності.

**Практичне заняття 3.** Особистісний потенціал як ресурс досягнення ефективності.

**Практичне заняття 4.** Стратегії досягнення особистісної ефективності.

### **Змістовий модуль 2.**

#### **Професійна діяльність як платформа досягнення особистісної ефективності**

##### **Лекція 3. Стадії професійного становлення людини (2 год.)**

Поняття про професійне становлення особистості. Суперечності як внутрішні детермінанти професійного становлення людини. Моделі та сценарії професійного становлення. Стадії професійного становлення людини та їх зміст.

##### **Основні поняття теми:**

Професіогенез, професійне становлення, суб'єкт праці, професіонал, професіоналізм.

**Практичне заняття 5.** Ознаки та чинники усвідомленого професійного самовизначення.

#### **Лекція 4. Психологія фахової кар'єри (2 год.)**

Професійна самореалізація як сфера досягнення особистісної ефективності. Поняття професійної кар'єри, її функції та типи. Вікові особливості планування кар'єри суб'єктом праці. Типові етапи кар'єрного розвитку особистості.

##### **Основні поняття теми:**

Професійна самореалізація, фахова кар'єра, планування професійної кар'єри, кар'єрне просування.

**Практичне заняття 6.** Принципи та загальні технологічні аспекти побудови фахової кар'єри.

**Практичне заняття 7.** Професійний саморозвиток особистості.

**Практичне заняття 8.** Типові проблеми побудови особистістю професійної кар'єри.

**Практичне заняття 9.** Кризи професійного розвитку.

**Практичне заняття 10.** Професійне вигорання як бар'єр досягнення особистісної ефективності.

#### **Змістовий модуль 3.**

#### **Особистісна ефективність у медіапросторі**

##### **Лекція 5. Самопрезентація особистості в Інтернет-мережі (2 год.)**

Поняття про самопрезентацію особистості. Концепція соціальної драматургії І. Гофмана. Стратегії та тактики особистісної самопрезентації. Складові та функції самопрезентації особистості в соціальних мережах. Різновиди віртуальної самопрезентації особистості. Типові мотиви самопрезентації сучасної молоді в соціальних мережах.

##### **Основні поняття теми:**

Самопрезентація, віртуальна самопрезентація, соціальна драматургія, профайл, віртуальна особистість.

**Практичне заняття 11.** Феномен віртуальної особистості.

**Практичне заняття 12.** Форми мережевого інтерактивного діалогу.

##### **Лекція 6. Ресурси самовираження та зростання особистості в медіапросторі (2 год.)**

Медіа як засіб соціалізації сучасної особистості. Можливості сучасної медіаосвіти в площині досягнення особистісної ефективності. Ознаки та принципи продуктивної медіаосвіти. Поняття про медіа залежність. Різновиди та профілактика інтернет-залежності.



### **Основні поняття теми:**

Медіаосвіта, медіа обізнаність, медіаграмотність, медіаімунітет, медіаторчість, інтернет-адикція.

**Практичне заняття 13.** Блогерство і «живі щоденники» як соціокультурні явища медійного самовираження.

**Практичне заняття 14.** Актуальні питання кібербезпеки особистості.

### **Змістовий модуль 4.**

#### **Близькі стосунки як вектор реалізації особистісної ефективності**

#### **Лекція 7. Психологія кохання (2 год.)**

Поняття про любов як вище людське почуття. Види любові та їх характеристика. Специфіка еротичної любові. Трикомпонентна теорія Р. Стернберга. Диференціація закоханості та кохання. Ознаки невротичного та зрілого кохання.

#### **Основні поняття теми:**

Любов, інтимність, пристрасть, закоханість, кохання, невротичне кохання, зріле кохання.

**Практичне заняття 15.** Еволюція кохання в онтогенезі.

**Практичне заняття 16.** Дружні стосунки як сфера успішної соціальної взаємодії особистості.

#### **Лекція 8. Психологія сексуальності (2 год.)**

Фізіологічні прояви кохання. Сексуальність як аспект близьких взаємин, її функції. Гендерні аспекти сексуальності. Подружня сексуальність та її динаміка. Ознаки та чинники сексуальної сумісності. Типові порушення сексуального життя.

#### **Основні поняття теми:**

Секс, сексуальність, фемінність, маскулінність, андрогінність, сексуальна адаптація, сексуальна сумісність, сексуальна інволюція, сексуальний сценарій.

**Практичне заняття 17.** Проблема сексуальної безпеки та контрацепції.

**Практичне заняття 18.** Мистецтво зваблення: моральний і поведінковий аспекти.

### **Змістовий модуль 5.**

#### **Шлюб як підгрунття особистісної ефективності**

#### **Лекція 9. Шлюбно-родинні взаємини як сфера особистісної самореалізації (2 год.)**

Поняття шлюбу та сім'ї. Психологічні особливості сучасної сім'ї. Функціонально-рольова структура сім'ї. Характеристика типових

формальних і неформальних родинних ролей. Зміст традиційних функцій сім'ї. Типи сучасних родин.

**Основні поняття теми:**

Сім'я, шлюб, шлюбно-родинні взаємини, структура сім'ї, родинна підсистема, сімейна роль, родинна функція.

**Практичне заняття 19.** Життєвий цикл родини.

**Практичне заняття 20.** Психологія формування шлюбної пари.

**Практичне заняття 21.** Проблема подружньої дезадаптації.

**Практичне заняття 22.** Психологічні особливості молодої родини.

**Лекція 10. Сімейні сварки та конфлікти (2 год.)**

Поняття сімейних сварок та конфліктів, їх позитивні та негативні аспекти. Причини родинних конфліктів: альтернативні психологічні підходи. Аналіз механізмів запобігання та розв'язання подружніх конфліктів. Феномен «прощення» в психології подружніх взаємин: позитивні та негативні аспекти. Характеристика стадій процесу прощення.

**Основні поняття теми:**

Родинна сварка, родинний конфлікт, сімейне насильство, опанувальна поведінка, прощення.

**Практичне заняття 23.** Психологія подружньої зради.

**Практичне заняття 24.** Руйнування шлюбу через розлучення.

**Змістовий модуль 6.**

**Батьківство як сфера реалізації особистісної ефективності**

**Лекція 11. Психологія сімейного виховання (2 год.)**

Батьківство як підґрунтя первинної соціалізації дитини. Соціально-психологічні особливості та критерії ефективності батьківського виховного впливу. Загальні принципи родинного виховання. Типові порушення сімейного виховання, способи їх профілактики та корекції.

**Основні поняття теми:**

Сімейний виховний вплив, гіперпротекція, гіпопротекція, гіперопіка, гіпоопіка, «тепличне виховання», бездоглядність, «токсичні» батьки.

**Практичне заняття 25.** Психологічна характеристика стилів сімейного виховання.

**Практичне заняття 26.** Реалізація виховної функції у неповній родині.

**Практичне заняття 27.** Психологічні аспекти сімейного виховання дітей з особливими потребами.

## Лекція 12. Психологія становлення батьківської свідомості (2 год.)

Компоненти готовності до батьківства. Роль майбутніх батьків в пренатальному розвитку дитини. Пренатальне виховання дитини. Підготовка майбутніх батьків до пологів. Взаємодія з новонародженою дитиною. Виховання немовляти та дитини раннього віку.

### Основні поняття теми:

Готовність до батьківства, усвідомлене батьківство, пренатальне виховання, бондінг, емоційне спілкування, дитяча шпитальність.

**Практичне заняття 28.** Роль батьків у вихованні дитини дошкільного віку.

**Практичне заняття 29.** Психологія виховання батьками дитини молодшого шкільного віку.

**Практичне заняття 30.** Взаємодія батьків з дітьми підліткового та юнацького віку.

## 6. Контроль навчальних досягнень

### 6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3		Модуль 4		Модуль 5		Модуль 6	
		кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів	кількість одиниць	максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Відвідування семінарських занять	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Відвідування практичних занять	1	4	4	6	6	4	4	4	4	6	6	6	6
Робота на семінарському занятті	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Робота на практичному занятті	10	4	40	6	60	4	40	4	40	6	60	6	60
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	1	25	1	25	1	25
Виконання ІНДЗ	30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Разом			76		98		76		76		98		98
Максимальна кількість балів: 522													
Розрахунок коефіцієнта: $522 : 100 = 5,2$													

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

**Змістовий модуль 1.**  
**Особистісна ефективність як показник**  
**успішної життєвої самореалізації**

**Тема 2. Життєвий успіх як критерій особистісної ефективності** – 14 год.  
 Провести інтерв'ю з 3 респондентами щодо їх еталона досягнення життєвого успіху та проаналізувати відповіді – 5 балів.

**Змістовий модуль 2.**  
**Професійна діяльність як платформа**  
**досягнення особистісної ефективності**

**Тема 5. Професійне та кар'єрне зростання** – 13 год.  
 Написати есе за темою «Особистісні якості Кріса Гарднера, які сприяли побудові його професійної кар'єри», переглянувши художній фільм «У гонитві за щастям» (2008 р.) – 5 балів.

**Змістовий модуль 3.**  
**Особистісна ефективність у медіапросторі**

**Тема 7. Самопрезентація особистості в мережі** – 13 год.  
 За допомогою контент-аналізу визначити чинники популярності 2 вітчизняних чи закордонних блогерів та проаналізувати їх рівень досягнення особистісної ефективності – 5 балів.

**Змістовий модуль 4.**  
**Близькі стосунки як вектор реалізації особистісної ефективності**

**Тема 10. Психологія любові** – 13 год.  
 Переглянувши мультфільм «Вгору» (2009 р.), знайти та описати не менше 5 ознак зрілого кохання, які фігурують у ньому. Вибір ознак аргументувати – 5 балів.

**Змістовий модуль 5.**  
**Шлюб як підґрунтя особистісної ефективності**

**Тема 14. Типова динаміка шлюбно-родинної взаємодії** – 13 год.  
 Опанувавши зміст родинних функцій і ролей, скласти «кодекс молодят», сформулювавши вимоги до бажаної та небажаної поведінки чоловіка і дружини – 5 балів.

## Змістовий модуль 6. Батьківство як сфера реалізації особистісної ефективності

### Тема 19. Взаємодія батьків з дітьми підліткового та юнацького віку – 14 год.

Спираючись на знання вікової психології та психології батьківства укласти світлофор виховних вимог щодо дитини дошкільного, молодшого шкільного чи підліткового віку – 5 балів.

#### Критерії оцінювання самостійної роботи студента:

- 1) своєчасність виконання роботи – 1 бал,
- 2) правильність виконання роботи: повна – 2 бали, часткова – 1 бал,
- 3) обсяг виконаного завдання: достатній – 2 бали, обмежений – 1 бал.

#### 6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Модульні контрольні роботи виконуються в у формі тестування, яке включає 25 випадкових запитань з пройденого матеріалу трьох рівнів складності: 8 простих запитань, 8 запитань середнього рівня складності та 9 складних запитань. У модульних контрольних роботах використовуються такі види тестових завдань, як: з вибором відповіді «так/ні», з вибором однієї правильної відповіді, з вибором двох або трьох правильних відповідей, на встановлення відповідності запропонованих наборів тверджень, на встановлення послідовності. Максимальна кількість балів яку студент може отримати за виконання модульної контрольної роботи становить 25 балів. Правильна відповідь на одне запитання зараховується як 1 бал (виставляється автоматично програмою ADTester у електронному курсі).

#### 6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання.

Семестровий контроль проводиться у вигляді заліку.

#### 6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.

Не передбачено навчальним планом.

#### 6.6. Шкала відповідності оцінок

Рейтингова оцінка	Оцінка за 100-бальною шкалою	Значення оцінки
<b>A</b>	<b>90-100</b> балів	<b>Відмінно</b> – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з, можливими, незначними недоліками
<b>B</b>	<b>82-89</b> балів	<b>Дуже добре</b> – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
<b>C</b>	<b>75-81</b> балів	<b>Добре</b> – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
<b>D</b>	<b>69-74</b> балів	<b>Задовільно</b> – посередній рівень знань (умінь) із

		значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
<b>E</b>	<b>60-68</b> балів	<b>Достатньо</b> – мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
<b>FX</b>	<b>35-59</b> балів	<b>Незадовільно з можливістю повторного складання</b> – незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
<b>F</b>	<b>1-34</b> балів	<b>Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу</b> – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

## 7. Навчально-методична картка дисципліни

**Навчально-методична картка дисципліни «Психологія особистісної ефективності»  
для студентів спеціальності 053 Психологія, освітньої програми 053.00.03 Психологія бізнесу та управління  
Разом: 180 год., лекції – 24 год., практичні заняття – 60 год., модульний контроль – 12 год., самостійна робота – 80 год.**

Модулі	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3	Змістовий модуль 4	Змістовий модуль 5	Змістовий модуль 6
<b>Назва модуля</b>	<b>Особистісна ефективність як показник успішної життєвої самореалізації</b>	<b>Професійна діяльність як платформа досягнення особистісної ефективності</b>	<b>Особистісна ефективність у медіапросторі</b>	<b>Близькі стосунки як вектор реалізації особистісної ефективності</b>	<b>Шлюб як підґрунтя особистісної ефективності</b>	<b>Батьківство як сфера реалізації особистісної ефективності</b>
<b>Кіль-сть балів за модуль</b>	76	98	76	76	98	98
<b>Теми лекцій</b>	1. Особистісна ефективність як психічний феномен. 2. Життєвий успіх як критерій особистісної ефективності.	3. Стадії професійного становлення людини. 4. Психологія фахової кар'єри.	5. Самопрезентація особистості в Інтернет-мережі. 6. Ресурси самовираження та зростання особистості в медіа.	7. Психологія кохання. 8. Психологія сексуальності.	9. Шлюбно-родинні взаємини як сфера особистісної самореалізації. 10. Сімейні сварки та конфлікти.	11. Психологія сімейного виховання. 12. Психологія становлення батьківської свідомості
<b>Кількість балів</b>	2	2	2	2	2	2
<b>Теми практичних занять</b>	1. Чинники ефективності сучасної особистості. 2. Життєвий сценарій як предиктор особистісної ефективності. 3. Особистісний	5. Ознаки та чинники усвідомленого професійного самовизначення. 6. Принципи та загальні технологічні аспекти побудови фахової кар'єри. 7. Професійний	11. Феномен віртуальної особистості. 12. Форми мережевого інтерактивного діалогу. 13. Блогерство і «живі щоденники»	15. Еволюція кохання в онтогенезі. 16. Дружні стосунки як сфера успішної соціальної взаємодії особистості. 17. Проблема	19. Життєвий цикл родини. 20. Психологія формування шлюбної пари. 21. Проблема подружньої дезадаптації. 22. Психологічні	25. Психологічна характеристика стилів сімейного виховання. 26. Реалізація виховної функції у неповній родині. 27. Психологічні аспекти сімейного

	потенціал як ресурс досягнення ефективності. 4.Стратегії досягнення особистісної ефективності.	саморозвиток особистості. 8. Типові проблеми побудови особистістю професійної кар'єри. 9.Кризи професійного розвитку. 10.Професійне вигорання як бар'єр досягнення особистісної ефективності.	як соціокультурні явища медійного самовираження. 14. Актуальні питання кібербезпеки особистості.	сексуальної безпеки та контрацепції. 18.Мистецтво зваблення: моральний і поведінковий аспекти.	особливості молодшої родини. 23. Психологія подружньої зради. 24. Руйнування шлюбу через розлучення.	виховання дітей з особливими потребами. 28. Роль батьків у вихованні дитини дошкільного віку. 29. Психологія виховання батьками дитини молодшого шкільного віку. 30. Взаємодія батьків з дітьми підліткового та юнацького віку.
<b>Кількість балів</b>	44	66	44	44	66	66
<b>Самостійна робота</b>	Інтерв'ю	Есе	Контент-аналіз	Аналіз мультфільму	Кодекс молодят	Світлофор виховних вимог
<b>Кількість балів</b>	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів	5 балів
<b>Види поточного контролю</b>	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів	Модульна контрольна робота – 25 балів
<b>Рейтингові бали</b>	Загальна кількість балів – 522 Коефіцієнт для переведення у 100-бальну шкалу – 5,22					
<b>Підсумковий контроль</b>	Залік					



## 8. Рекомендовані джерела

### Основна література:

1. Діденко С.В. Психологія сексуальності: підр. / Діденко С.В., Козлова О.С. Київ: Академвидав, 2009. 304 с.
2. Коропецька О. М. Психологічні основи професійної орієнтації та самореалізації особистості. Київ: КНТ, 2019. 438 с.
3. Найдьонова Л. А. Вплив медіа на розвиток особистості / [В. Ф. Іванов, О. В. Волошенюк, Д.Ю. Дзюба та ін.] // Медіаосвіта та медіаграмотність: підручник. Київ: Центр вільної преси, 2012. С. 237-282.
4. Столярчук О.А. Психологія сучасної сім'ї: навч. посіб. Кременчук: ПП Щербатих О.В., 2015. 136 с.

### Додаткова література:

1. Бойчелюк В.Й., Турубарова А.В. Психологія людини з обмеженими можливостями. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 264 с.
2. Друкер П. Виклики для менеджменту ХХІ століття. Київ: Видавнича група КМ-БУКС, 2020. 240 с.
3. Зінчина О.Б. Медіасоціалізація сучасної молоді: виклики і відповіді // *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*. 2017. Випуск 39. С. 322-329.
4. Кокун О. М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: монографія. Київ: ДП «Інформ.-аналіт. агенство», 2012. 200 с.
5. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика: монографія / за ред. С. Д. Максименка, В. Л. Зливкова, С. Б. Кузікової. Суми : Вид-во СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2015. 430 с.
6. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі: навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с.
7. Становлення особистісної ефективності школярів в онтогенетичному вимірі: монографія / Г.О. Балл, М.Т. Дригус, Н.І. Мусіяка, І.В. Яворська-Ветрова; за ред. М.Т. Дригус. Київ: Педагогічна думка, 2015. 161 с.