

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Кафедра загальної, вікової та педагогічної психології

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
Проректор з науково-методичної та
навчальної роботи
О.Б. Жильцов
“ ” 2016 року



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Психологія професійної самореалізації

(шифр і назва навчальної дисципліни)

напрямок підготовки всі напрями підготовки

(шифр і назву напрямку підготовки)

спеціальність всі спеціальності

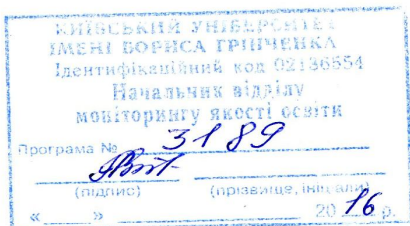
(шифр і назва спеціальності)

спеціалізація _____

(назва спеціалізації)

інститут, факультет, відділення Інститут людини

(назва інституту, факультету, відділення)



2016 – 2017 навчальний рік

Робоча програма Психологія професійної самореалізації
для студентів всіх напрямів підготовки

Розробники: Столярчук Олеся Анатоліївна, кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної, вікової та педагогічної психології
Васильєв Олексій Олександрович, старший викладач кафедри
загальної, вікової та педагогічної психології

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри загальної, вікової та
педагогічної психології

Протокол від “30” серпня 2016 року № 1

Завідувач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології

 (О.П. Сергєєнкова)

Розподіл годин звірено з робочим планом. Структура типова.

Заступник директора з науково-методичної та навчальної роботи Інституту
людини

 Н.А.Клішевич

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Робоча навчальна програма з дисципліни «Психологія професійної самореалізації» є нормативним документом Київського університету імені Бориса Грінченка, який розроблено кафедрою загальної, вікової та педагогічної психології на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів відповідно до навчального плану для всіх спеціальностей денної форми навчання.

Робочу навчальну програму укладено згідно з вимогами Європейської кредитної накопичувально-трансферної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати студент відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Психологія професійної самореалізації», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.

Навчальна дисципліна «Психологія професійної самореалізації» є складовою частиною дисциплін вибіркового блоку.

Мета курсу – формування у студентів сучасного уявлення про професіоналізм, динаміку професійної самореалізації особистості та вміння на практиці застосовувати рекомендації сучасної психології професійної діяльності та професійної кар'єри, сприяти на цій основі виробленню психологічної готовності до кваліфікованої фахової діяльності.

Завдання курсу:

- формування уявлень про психологію професій як про актуальну прикладну наукову галузь;
- інтеграція та систематизація знань про професійне самовизначення та самореалізацію особистості впродовж її життя;
- опанування знань про психологію суб'єкта фахової діяльності та успішну побудову ним професійної кар'єри;
- сприяння професійному самовизначенню та набуттю студентами професійної ідентичності через усвідомлення психологічних особливостей фахової діяльності та передумов її опанування.

У процесі вивчення курсу важливо зосередити увагу на **засвоєнні знань** із таких питань:

- методологічна база й особливості проблематики курсу;
- інтегративний характер курсу як наслідок міждисциплінарних підходів;
- психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності;
- стадії професійного становлення людини, їх психологічні особливості;
- психологічні аспекти побудови професійної кар'єри;
- типові психологічні проблеми професійної самореалізації особистості.

Підвищенню ефективності семінарських занять сприятиме передбачене програмою виконання завдань самостійної роботи.

Під час семінарських занять, самостійної роботи студенти **набувають умінь**

та навички:

- використовувати теоретичні знання та практичні навички із психології професійної самореалізації для аналізу й діагностики сформованості власних професійно спрямованих якостей;
- формувати здатність адаптації до нових ситуацій в професійному житті, до зміни наукового та науково-виробничого профілю своєї професійної діяльності, переоцінці накопиченого досвіду;
- сформувати уявлення про місце людини в процесі професійної комунікації, а також про власну професійну позицію;
- здійснювати психологічний аналіз ефективності професійної самореалізації особистості;
- практично застосовувати рекомендації сучасної психологічної науки щодо підвищення ефективності професійного самовизначення і самореалізації.

Внаслідок опанування змісту нормативної навчальної дисципліни «Психологія професійної самореалізації» у студентів формуються такі **навчальні компетентності**:

- здатність до аналізу та синтезу психологічних аспектів професійної діяльності людини,
- спроможність застосовувати знання змісту та механізмів фахової самореалізації у власній професійній діяльності,
- уміння знаходити та аналізувати інформаційні джерела щодо психологічних проблем професійної самореалізації особистості,
- навички планування та організації кар'єрного розвитку,
- здатність до системного навчання з метою підвищення власної психолого-професійної компетентності,
- креативні вміння тобто здатність породжувати нові ідеї у межах доцільної професійної майстерності,
- спроможність до системної турботи про якість професійної діяльності.

Кількість годин, відведених навчальним планом на вивчення дисципліни, становить 60 год., із них 2 год. – лекції, 26 год. – семінарські заняття, 28 год. – самостійна робота, 4 год. – модульний контроль.

Вивчення навчальної дисципліни «Психологія професійної самореалізації» завершується складанням заліку.

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-професійний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	Денна форма навчання
Кількість кредитів 2	Для всіх напрямків підготовки	Вибіркова	
Модулів – 2		Рік підготовки	
Змістових модулів – 2		2-й,	
Загальна кількість годин – 60		Семестр	
		3-й	
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 2	Перший (бакалаврський) рівень	2 год.	
		Практичні, семінарські	
		26 год.	
		Лабораторні	
		0 год.	
		Самостійна робота	
		28 год.	
		Семестровий контроль:	
		4 год. модульний контроль	
		Вид контролю:	
	залік		

II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ п/п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин							
		Разом	Аудиторних	Лекції	Практичні	Семінарські	Індивідуальна робота	Самостійна робота	Модульний контроль
Змістовий модуль I ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ									
1	Психологія професій як наукова галузь. Психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності	2	2	2					
2	Стадії професійного становлення людини	9	2			2		7	
3	Психологія адаптації початківця до професійної діяльності	2	2			2			
4	Психологія фахової кар'єри	4	4			4			
5	Професійний саморозвиток особистості	13	4			4		7	2
Разом:		30	14	2		12		14	2
Змістовий модуль II ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ									
6	Кризи професійного розвитку особистості	2	2	-	-	2	-		
7	Професійні деструкції та деформації	9	2	-	-	2	-	7	
8	Професійне вигорання особистості	2	2	-	-	2	-		
9	Психофізіологічні проблеми діяльності та шляхи їх подолання	6	6	-		6			
10	Професійне самовизначення незайнятого населення	11	2	-	-	2	-	7	2
Разом:		30	14	-	-	14	-	14	2
Разом за навчальним планом:		60	28	2	-	26	-	28	4

ІІІ. ПРОГРАМА

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ І

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ

ОСОБИСТОСТІ

Лекція №1. Психологія професійної діяльності як наукова галузь (2 год.)

Психологія професійної діяльності як наукова галузь, її об'єкт, предмет і основні категорії. Поняття професії та самореалізації особистості у професійній сфері. Психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності. Професіоналізм: акмеологічний підхід. Індивідуальний стиль фахової діяльності особистості, чинники та вияви. Поняття професійної позиції суб'єкта, її чинники та функції.

Основні поняття теми: професійна діяльність, психологія професій, професія, професійна самореалізація, фахівець, суб'єкт професійної діяльності, професіоналізм, професіоналізм особистості, професіоналізм діяльності, індивідуальний стиль фахової діяльності, професійна позиція особистості.

Семінарське заняття №1. Стадії професійного становлення людини (2 год.)

Семінарське заняття №2. Психологія адаптації початківця до професійної діяльності (2 год.)

Семінарське заняття №3. Психологія фахової кар'єри (2 год.)

Семінарське заняття №4. Типові проблеми побудови особистістю професійної кар'єри (2 год.)

Семінарське заняття №5. Індивідуальний стиль професійної діяльності особистості (2 год.)

Семінарське заняття №6. Професійний саморозвиток особистості (2 год.)

Змістовий модуль ІІ

ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У

ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Семінарське заняття №7. Кризи професійного розвитку особистості (2 год.)

Семінарське заняття №8. Професійні деструкції та деформації (2 год.)

Семінарське заняття №9. Професійне вигорання особистості (2 год.)

Семінарське заняття №10. Психофізіологічні проблеми професійної діяльності (2 год.)

Семінарське заняття №11. Психологія розвитку резервних можливостей суб'єкта праці (2 год.)

Семінарське заняття №12. Рівень і тип професійної самореалізації особистості: загальні тенденції та індивідуальні характеристики (практична робота) (2 год.)

Семінарське заняття №13. Професійне самовизначення незайнятого населення (2 год.)

**IV. Навчально-методична карта дисципліни «Психологія професійної самореалізації»,
для всіх напрямів підготовки**

Разом: 60 год., лекції – 2 год., семінарські заняття – 26 год., практичні заняття – 0 год., індивідуальна робота – 0 год.,
самостійна робота – 28 год., підсумковий контроль – 4 год., Залік. **Коефіцієнт – 2,04.**

Модулі	Змістовий модуль I	Змістовий модуль II
Назва модуля	ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ	ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ
Кількість балів за модуль	97 балів	107 балів
Теми лекцій	№1. Психологія професій як наукова галузь (1)	(-)
Теми семінарських занять	№1. Стадії професійного становлення людини (11 б.) №2. Психологія адаптації початківця до професійної діяльності (11 б.) №3. Психологія фахової кар'єри (11 б.) №4. Типові проблеми побудови особистістю професійної кар'єри (11 б.) №5. Індивідуальний стиль професійної діяльності особистості (11 б.) №6. Професійний саморозвиток особистості (11 б.) (66)	№7. Кризи професійного розвитку особистості (11 б.) №8. Професійні деструкції та деформації (11 б.) №9. Професійне вигорання особистості (11 б.) №10. Психофізіологічні проблеми професійної діяльності (11 б.) №11 Психологія розвитку резервних можливостей суб'єкта праці (11 б.) №12 Рівень і тип професійної самореалізації особистості: загальні тенденції та індивідуальні характеристики (практична робота) (11 б.) №13. Професійне самовизначення незайнятого населення (11 б.) (77)
Самостійна робота	Аналіз власного професійного самовизначення та саморозвитку – 5 балів.	Професійні деструкції та деформації. Професійне самовизначення незайнятого населення – 5 балів.
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота 1 (25)	Модульна контрольна робота 2 (25)
Підсумковий контроль	залік	

V. ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ І ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ І ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Семінар 1.

Тема: Стадії професійного становлення людини (2 год.)

План:

1. Поняття про професійне становлення особистості.
2. Суперечності як внутрішні детермінанти професійного становлення людини.
3. Моделі та сценарії професійного становлення.
4. Взаємодія індивідуального, особистісного та професійного розвитку людини.
5. Стадії професійного становлення людини та їх зміст.

Рекомендована література:

1. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособ. для студентов вузов / Э.Ф. Зеер. – 4-е изд. перераб., доп. – М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2006. – 336 с.
2. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития Автор: / Э.Ф. Зеер. – Изд.-во: Академия, 2009 – 240 с.
3. Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности / Е.М. Иванова. – М.: ПЕР СЕ, 2006. – 384 с.
4. Рогов Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала. / Е.И. Рогов — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. — 336 с: ил. — (Азбука психологии).
5. Сорочан В.В.. Психология профессиональной деятельности: Конспект лекций. - / В.В. Сорочан – М.: МИЭМП, 2005. – 70 с.

Семінар 2.

Тема: Психологія адаптації початківця до професійної діяльності (2 год.)

План:

1. Поняття професійної адаптації та виробничої дезадаптації.
2. Динаміка професійної адаптації початківця.
3. Умови та чинники успішної професійної адаптації молодого спеціаліста.
4. Рівні та критерії оцінки ефективності професійної адаптації фахівця.

Рекомендована література:

1. Баклицький І.О. Психологія праці: підручник / І.О. Баклицький. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://pidruchniki.ws/15130616/psihologiya/psihologichni_pitannya_trudovoyi_adaptatsiyi_stabilizatsiyi_robochih_kadriv#861.
2. Панченко Л.Л. Адаптация к профессиональной деятельности: учеб. пособ. / Л.Л. Панченко. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://window.edu.ru/resource/706/61706/files/phsihology022.pdf>.
3. Пов'якель Н.І. Практична психологія професійної адаптації/дезадаптації: навч. посіб. для студ. ВНЗ / Н. І. Пов'якель, А. Ф. Федоренко // Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, Ін-т соціол., психології та упр., Каф. соц. психології та психотерапії. – 2-ге вид., уточн. і доповн. – К., 2012. – 325 с.
4. Професійна адаптація випускника ВНЗ. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://damar.ucoz.ru/publ/20-1-0-198>.
5. Слостенин В.А. Профессиональная адаптация личности / В.А. Слостенин. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://uchebniki.ws/157806155549/psihologiya/professionalnaya_adaptatsiya_lichnosti.
6. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
7. Чайкина Н.А. Теоретический обзор по проблеме профессиональной адаптации. – Полтава, 1988. – 56 с.

Семінар 3.

Тема: Психологія фахової кар'єри (2 год.)

План:

1. Професійна самореалізація особистості як аспект життєвого успіху.
2. Поняття професійної кар'єри, її функції та типи.
3. Вікові особливості планування кар'єри суб'єктом праці.
4. Типові етапи кар'єрного розвитку особистості.
5. Принципи та загальні технологічні аспекти побудови фахової кар'єри.

Рекомендована література:

1. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – Изд.-во: Академия, 2009 – 240 с.
2. Петрушин В. И. Психология карьеры. / В.И. Петрушин – М. : Академический проект : Альма Матер, 2004. – 208 с. – («Психологические технологии»)
3. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. - М : Изд-во Институт практической психологии, Воронеж: НПО МОДЭК. 1996. - 256 с.
4. Пряжников Н.С. Психология труда и человеческого достоинства: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. М.: Академия, 2005. - 477 с.

5. Поваренков Ю.П. Психология профессионального становления личности: (основы психологической концепции развития профессионализации) / Ю.П. Поваренков. – Курск: Изд-во КГПИ, 1991. – 131 с.
6. Резник, С.Д.. Управление личной карьерой : учебное пособие / С. Д. Резник, И. А. Игошина, В. С. Резник; под ред. Э. М. Короткова, С. Д. Резника. — Москва: Логос, 2005. — 286 с. — Новая студенческая библиотека.
7. Рогов Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала. / Е.И. Рогов — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. — 336 с: ил. — (Азбука психологии).
8. Фонарев А.Р. Психологические особенности личностного становления профессионала / А.Р. Фонарев. – М.: Издательство Московского психолого-социального института: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2005. – 560 с.

Семінар 4.

Тема: Типові проблеми побудови особистістю професійної кар'єри (2 год.)

План:

1. Ознаки і причини неефективної професійної презентації.
2. Проблеми формування професійної ідентичності фахівця.
3. Типові ілюзії та «капкани» кар'єрного просування.
4. Ознаки проблем кар'єрного зростання.

Рекомендована література:

1. Долгих Л. Кар'єрні домагання як суб'єктивний механізм професійної самореалізації / Л. Долгих // Соціальна психологія. – 2005. – №2 – С. 64-71.
2. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособ. для студентов вузов / Э.Ф. Зеер. – 4-е изд. перераб., доп. – М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2006. – 336 с.
3. Карамушка Т.В. Професійна кар'єра особистості: сутність та чинники успішного здійснення / Т. В. Карамушка // Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – Т. 1: Організаційна психологія. Соціальна психологія. Економічна психологія / за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки. – К.: А.С.К., 2012. – Вип. 34. – С. 28-38.
4. Карьерные ловушки и иллюзии: немного практики. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
http://www.elitarium.ru/2007/03/13/karernye_lovushki_i_illjuzii_praktika.html.
5. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда: учеб. пособ. / Н.С. Пряжников. – М.: Издательство Московского психолого-социального института: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2010. – с. 354-377.
6. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность: Монография – М.: МОСУ, 2001 г. 272 с. [<http://psychlib.ru/mgppu/sh1/SH1-003-.HTM>].

Семінар 5.

Тема: Індивідуальний стиль професійної діяльності особистості (2 год.)

План:

1. Поняття індивідуального стилю професійної діяльності, його функції.
2. Структура індивідуального стилю професійної діяльності особистості.
3. Види та чинники формування індивідуального стилю професійної діяльності.
4. Взаємозв'язок професіоналізму та індивідуального стилю професійної діяльності особистості.

Рекомендована література:

1. Деркач А.А. Акмеологические основы развития профессионала / А.А. Деркач. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2004. – 752 с.
2. Індивідуальний стиль діяльності та професійна придатність. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://pidruchniki.com/1663111637275/psihologiya/individualniy Stil diyalnosti profesijna pridatnist>.
3. Маркова А. К. Психология профессионализма. – М.: Знание, 1996. – 308 с.
4. Малхазов О.Р. Психология праці. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://b-ko.com/book_36_glava_76_2.15.2._%D0%9F%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%BC%D0%B0_%D1%81%D1%82%C3%90.html.
5. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя: Учеб. пособие для студ. выс. пед. учеб. заведений / Л.М. Митина. – М.: Издат. Центр «Академия», 2004. – 320 с.
6. Процес формування індивідуального стилю трудової діяльності. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://studme.com.ua/120908105307/psihologiya/protsess_formirovaniya_individualnogo_stilya_trudovoy_deyatelnosti.htm
7. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.

Семінар 6.

Тема: Професійний саморозвиток особистості (2 год.)

План:

1. Поняття професійного саморозвитку, його функції та складові компоненти.
2. Зміст зовнішніх та внутрішніх чинників професійного саморозвитку.
3. Характеристика напрямів фахового саморозвитку.
4. Умови та ресурси ефективного професійного саморозвитку особистості.

Рекомендована література:

1. Деркач А.А. Акмеологические основы развития профессионала / А.А. Деркач. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2004. – 752 с.
2. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – Изд.-во: Академия, 2009 – 240 с.
3. Л.Д. Гительман. Профессиональное развитие: Условия совершенствования. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.botexpert.com.ua/MonthTheme1/MonthTheme1_316.html?
4. Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности / Е.М. Иванова. – М.: ПЕР СЕ, 2006. – 384 с.
5. Профессиональное саморазвитие. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.nelevex.com/2012/05/22/professionalnoe-samorazvitie/>
6. Профессиональное саморазвитие: условия и направления. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://builduptoday.com/career/152-professionalnoe-samorazvitie.html>
7. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда: учеб. пособ. / Н.С. Пряжников. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2010. – с. 354-377.
8. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
9. Умови вдосконалення і професійного саморозвитку менеджера. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://toplutsk.com/articles-article_375.html

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Семінар 7.

Тема: Кризи професійного розвитку особистості (2 год.)

План:

1. Поняття про кризи професійного розвитку, їх функції та динаміка.
2. Проблема релевантності переживання криз професійного розвитку.
3. Поняття про нормативні та ненормативні кризи фахового розвитку.
4. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку.
5. Характеристика типових криз професійного розвитку особистості.
6. Наслідки переживання суб'єктом праці криз професійного розвитку.

Рекомендована література:

1. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – Изд.-во: Академия, 2009 – 240 с.
2. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. / Е. П. Ильин— СПб.: Питер, 2011. — 224 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
3. Рогов Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала. / Е.И. Рогов — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. — 336 с: ил. — (Азбука психологии).
4. Самоукина Н.В. Психология профессиональной деятельности: учебное пособие / Н. В. Самоукина. - 2-е изд. - СПб. ; М. ; Х., Минск : Питер, 2004. - 224 с.
5. Шапарь В.Б. Психология кризисных ситуаций - Ростов н/Д.: Феникс, 2010. – 464 с.

Семінар 8.

Тема: Професійні деструкції та деформації (2 год.)

План:

1. Вплив професійної діяльності на особистість фахівця: позитивні та негативні наслідки.
2. Поняття професійних деструкцій, їх детермінація та вияви.
3. Професійні деформації, їх рівні.
4. Поняття професійної акцентуації та стагнації.
5. Шляхи професійної реабілітації фахівця.

Рекомендована література:

1. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности. / С.П. Безносков - СПб: Речь, 2004. - 272с.
2. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – Изд.-во: Академия, 2009 – 240 с.
3. Ильин Е. П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности. / Е. П. Ильин— СПб.: Питер, 2008. — 432 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
4. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. / Е. П. Ильин— СПб.: Питер, 2011. — 224 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
5. Самоукина Н.В. Психология профессиональной деятельности: учебное пособие / Н. В. Самоукина. - 2-е изд. - СПб. ; М. ; Х., Минск : Питер, 2004. - 224 с.

Семінар 9.

Тема: Професійне вигорання особистості (2 год.)

План:

1. Поняття професійного вигорання особистості, його психологічні та поведінкові ознаки.
2. Чинники професійного вигорання та характеристики схильних до нього фахівців.
3. Динаміка професійного вигорання та його наслідки для організму та психіки особистості.
4. Профілактика та корекція професійного вигорання суб'єкта праці.

Рекомендована література:

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. / В.В. Бойко - М.: Наука, 2003. - 154с.
2. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. . / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченко - 2-е изд: Питер; Спб.; 2008 — 358 с.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – Изд.-во: Академия, 2009 – 240 с.
4. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. / О.М. Кокун - К.: Міленіум, 2004. - 265 с
5. Моцкин Ю.В. Психологические основы профилактики перенапряжения. / Ю.В. Моцкин - СПб: Алетейя, 2006 - 263с.
6. Никишина В. Б., Молчанова Л. Н., Недуруева Т. В. Состояние «выгорания»: детерминация, феноменология, генезис, измерение: монография. / В. Б. Никишина, Л. Н. Молчанова, Т. В. Недуруева - Курск, 2007. - 381 с.
7. Орёл В. Е. Синдром психического выгорания личности. / В. Е.Орёл - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. - 330 с.

Семінар 10.

Тема: Психофізіологічні проблеми професійної діяльності (2 год.)

План:

1. Диференційно-психологічні аспекти вибору професійної діяльності.
2. Гендерні аспекти професійної діяльності.
3. Психофізіологічні умови успішності в різних типах професій.
4. Особливості роботи в складних та екстремальних умовах

Рекомендована література:

1. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. / Е.П. Ильин – СПб.:Питер, 2005. – 459 с.

2. Ильин Е. П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
3. Шадриков В.Д. Профессиональные способности. / В.Д. Шадриков – М.: Университетская книга, 2010. – 320 с.

Семінар 11.

Тема: Психологія розвитку резервних можливостей суб'єкта праці (2 год.)

План:

1. Професійна придатність та її підтримання фахівцем.
2. Поняття професійних ресурсів фахівця та їх ефективне використання.
3. Оптимізація індивідуального стилю професійної діяльності.
4. Розвиток креативних здібностей суб'єкта професійної діяльності.

Рекомендована література:

1. Баклицький І.О. Психологія праці: підручник / І.О. Баклицький. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://pidruchniki.ws/18000102/psihologiya/psihologichni_aspekti_formuvannya_ro_zvitku_korektsiyi_rezervnih_mozhливостей_pratsivnika#723.
2. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М.: Междунар. гуманитар. фонд «Знание», 1996. – 308 с.
3. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда: учеб. пособ. / Н.С. Пряжников. – М.: Издательство Московского психолого-социального института: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2010. – с. 183-187.
4. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
5. Трофімов Ю.Л. Психологія: підручник / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та інші. – 2-ге вид., стереотип. – К: Либідь, 2000. – С.
6. Щербатых Ю.В. Психология успеха: популярная энциклопедия / Ю.В. Щербатых. – М.: Эксмо, 2004. – 560 с.

Семінар 12.

Тема: Рівень і тип професійної самореалізації особистості: загальні тенденції та індивідуальні характеристики (2 год.)

План:

1. Суть професійної самореалізації: її види і рівні.
2. Задоволеність професією як критерій професійної самореалізації особистості.
3. Шляхи оптимізації цільових установок і професійної активності як засоби професійної самореалізації
4. Проблема зміни професійної діяльності в контексті самореалізації особистості

Рекомендована література:

1. Батаршев А.В., Алексеева И.Ю., Майорова Е.В. Диагностика профессионально важных качеств./ А.В. Батаршев, И.Ю. Алексеева, Е.В. Майорова – СПб.: Питер, 2007. – 192 с.- (Серия «Практическая психология»)
2. Диагностика профессионального становления личности: учеб.-метод. пособие / сост. Я.С. Сунцова, О.В. Кожевникова. Часть 3. – Ижевск: Издательство «Удмуртский университет», 2012. – 144 с.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – Изд.-во: Академия, 2009 – 240 с.
4. Петрушин В. И. Психология карьеры. / В.И. Петрушин – М. : Академический проект : Альма Матер, 2004. – 208 с. – («Психологические технологии»)
5. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. - М : Изд-во Институт практической психологии, Воронеж: НПО МОДЭК. 1996. - 256 с.
6. Пряжников Н.С. Психология труда и человеческого достоинства: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. М.: Академия, 2005. - 477 с.
7. Психодиагностика персонала. Методика и тесты.: Учебное пособие. В 2-х т. Т.1. / Редактор –составитель Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2007. – 440 с.

Семінар 13.

Тема: Професійне самовизначення незайнятого населення (2 год.)

План:

1. Типові емоційні та поведінкові реакції безробітної особистості.
2. Типологія професійно незайнятих людей.
3. Гендерні особливості професійної самореалізації особистості в ситуації безробіття.
4. Психологічний супровід безробітної особистості.

Рекомендована література:

1. Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности / Е.М. Иванова. – М.: ПЕР СЕ, 2006. – 384 с.
2. Плюснин Ю.М. Социальная психология безработного / Ю.М. Плюснин, Г.С. Пошевнёв. – Новосибирск: ЦСА, 1997 – 84 с.
3. Психологічне консультування безробітних: метод. посіб. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://profi.org.ua/cz/1.pdf>.
4. Психологічні особливості професійного самовизначення безробітної молоді в процесі профпереорієнтації. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://prof.osvita.org.ua/uk/methods/articles/6.html>.
5. Психологічні чинники професійної самореалізації особистості в ситуації безробіття: гендерний аспект. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.google.com.ua/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=5&ved=0CEUQFjAE&url=http%3A%2F%2Fwww.dcz.gov.ua%2Ffile%2Flink%2F3>

[2629%2Ffile&ei=nu7OUqPYGoXE4gSIkoHYAg&usg=AFQjCNEQIBN2KQzm-CriaVB6T-Q1G-IwFw.](#)

6. Психологія особистості безробітного: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Київ, 25 трав. 2007 р.) / М-во освіти і науки, Ін-т підготовки кадрів державної служби зайнятості України, [відп. ред. Киричук О. В.]. – К.: Інститут підготовки кадрів державної служби зайнятості України, 2007. – 327 с.
7. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.

VI. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Змістовий модуль I ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Тема 2. Стадії професійного становлення особистості – 7 год.

Проаналізувати історію власного професійного самовизначення за критеріями чинників, суб'єктів впливу, формування професійних намірів і планів та успішності їх втілення – 2,5 балів.

Тема 5. Професійний саморозвиток особистості – 7 год.

Розробити основні напрями власного професійного саморозвитку та ресурси їх втілення – 2,5 балів

Змістовий модуль II ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Тема 7. Професійні деструкції та деформації – 7 год.

Створити асоціативне гроно за темою – 2,5 балів.

Тема 9. Професійне самовизначення незайнятого населення – 7 год.

Укласти картограму проблеми безробіття особистості – 2,5 балів.

Таблиця 6.1

КАРТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТА

Змістовий модуль та теми курсу	Академічний контроль	Бали	Термін виконання
Змістовий модуль I.			
ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ			
Тема 2. Стадії професійного становлення особистості – 7 год.	Семінар, модульний контроль, залік	2,5	До семінару 1
Тема 5. Професійний саморозвиток особистості – 7 год.	Семінар, модульний контроль, залік	2,5	До семінару 6
Змістовий модуль II.			
ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ			
Тема 7. Професійні деструкції та деформації – 7 год.	Семінар, модульний контроль, залік	2,5	До семінару 8
Тема 10. Професійне самовизначення незайнятого населення – 7 год.	Семінар, модульний контроль, залік	2,5	До семінару 13
<i>Разом: 28 год.</i>	<i>Разом: 10 балів</i>		

VII. СИСТЕМА ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

Навчальні досягнення студентів із дисципліни «Психологія професійної самореалізації» оцінюються за Європейською кредитною накопичувально-трансферною системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.

Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання здійснюється відповідно до навчально-методичної карти (п. IV), де зазначено види й терміни контролю. Систему рейтингових балів для різних видів контролю подано у табл. 7.1.

Таблиця 7.1

Розрахунок рейтингових балів за видами поточного та підсумкового контролю

№ п/п	Вид діяльності	Кількість рейтингових балів
1	Відвідування лекцій	1
2	Семінарські заняття	143
3	Самостійна робота	10
3	Модульні контрольні роботи	50
4	Загальна максимальна кількість поточних балів	204
5	Коефіцієнт	2,04
Підсумковий рейтинговий бал		100

У процесі оцінювання навчальних досягнень студентів з курсу «Психологія професійної самореалізації» застосовуються такі методи:

- **методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, залік;
- **методи письмового контролю:** письмове тестування, модульна контрольна робота;
- **методи самоконтролю:** самооцінка, самоаналіз.

Загальні критерії оцінювання навчальної успішності студентів подано у

табл. 7.2.

Таблица 7.2

Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень студентів

Рейтингова оцінка	Оцінка за стобальною шкалою	Значення оцінки
90 – 100	A	Відмінно – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками
82-89	B	Дуже добре – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
75 – 81	C	Добре – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
69 – 74	D	Задовільно – посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
60 – 68	E	Достатньо – мінімально можливий рівень знань (умінь)
35 – 59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання – незадовільний рівень знань (умінь) з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
1 – 34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

VIII. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

*I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності***1) За джерелом інформації:**

- *Словесні*: лекція, семінар, пояснення, розповідь, бесіда.
- *Наочні*: спостереження, ілюстрація, демонстрація.
- *Практичні*: вправи, виконання практичних завдань.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів з друкованими та електронними інформаційними носіями.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-

пізнавальної діяльності: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни.

IX. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ

Викладання навчальної дисципліни «Психологія професійної самореалізації» відбувається на основі таких складових методичного забезпечення:

- друковані джерела, що відображають зміст науки (підручники, посібники, монографії, публікації у фахових виданнях);
- Інтернет-джерела, що відображають зміст науки,
- контрольні тести та практичні завдання (психологічні задачі).

X. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна:

6. Баклицький І.О. Психологія праці: підручник / І.О. Баклицький. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://nidschekylib.org/15840720/psychology/psychology-practi-baklitskiy-is>
7. Бочелюк В. Й., Зарицька В. В. Психологія: вступ до спеціальності: навч. посібник. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 288 с.
8. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособ. для студентов вузов / Э.Ф. Зеер. – 4-е изд. перераб., доп. – М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2006. – 336 с.
9. Малхазов О.Р. Психологія праці: навч. посіб / О.Р. Малхазов. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://b-ko.com/book_36.html.
10. Сорочан В.В. Психологія професійної діяльності / В.В. Сорочан.

Додаткова:

1. Абульханова-Славская К.А. Акмеологическое понимание субъекта // Основы общей и прикладной акмеологии / К.А. Абульханова-Славская. – М.: РАГС, 1995. – С. 85-108.
2. Бодалев А.А. Вершина в развитии взрослого человека характеристики и условия достижения / А.А. Бодалев. – М.: Флинта; Наука, 1998. – 168 с.
3. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е.И. Головаха. – К.: Наукова думка, 1988. – 144 с.
4. Горелова Г.Г. Кризисы личности и педагогическая профессия / Г.Г. Горелова. – М.: Московский социально-психологический институт, 2004. – 320 с.
5. Деркач А.А. Акмеологические основы развития профессионала / А.А. Деркач. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭКС», 2004. – 752 с.
6. Занюк С.С. Психологія мотивації: Навч. посібник / С.С. Занюк – К.: Либідь, 2002. – 304 с.
7. Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности / Е.М. Иванова. – М.: ПЕР СЕ, 2006. – 384 с.
8. Климов Е.А. Психология профессионала / Е.А. Климов. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЕК», 1996. – 400 с.
9. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – Ростов-на-Дон : Феникс, 1996. – 512 с.

10. Кон И.С. Психология старшеклассника: Пособие для учителей / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1980. – 192 с.
11. Кудрявцев Т.В. Психологический анализ динамики профессионального самоопределения личности / Т. В. Кудрявцев, В. Ю. Шегурова // Вопросы психологии. – 1983. – № 2. – С. 51–59.
12. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М.: Междунар. гуманит. фонд «Знание», 1996. – 308 с.
13. Митина Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях / Л.М. Митина // Вопросы психологии. – 1997. – № 4. – С. 44–53.
14. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя: Учеб. пособие для студ. выс. пед. учеб. заведений / Л.М. Митина. – М.: Издат. Центр «Академия», 2004. – 320 с.
15. Пилипенко Н. Психологічні особливості самореалізації особистості в умовах професійної кризи / Н. Пилипенко // Соціальна психологія. – 2005. – № 3. – С. 72–79.
16. Пиняева С.Е. Личностное и профессиональное развитие в период зрелости / С.Е. Пиняева, Н.В. Андреев // Вопросы психологии. – 1998. – № 2. – С. 3–10.
17. Поваренков Ю.П. Психология профессионального становления личности: (основы психологической концепции развития профессионализации) / Ю.П. Поваренков. – Курск: Изд-во КГПИ, 1991. – 131 с.
18. Професійна психологія: методологія, методи і практика: зб. наук. пр. / [за заг. ред. Ж. П. Вірної]. – Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – 144 с.
19. Професіоналізм особистості: теоретико-методологічний аспект: Монографія / Під ред. В.Й. Бочелюка. – Запоріжжя: ДУ «ЗІДМУ», 2007. – 248 с.
20. Пряжников Н.С. Психология труда и человеческого достоинства: уч. пособ. для студ. выс. учеб. заведений / Н. С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова. – М.: Академия, 2000. – 480 с.
21. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда: учеб. пособ. / Н.С. Пряжников. – М.: Издательство Московского психолого-социального института: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2010. – 536 с.
22. Психологія особистості безробітного: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Київ, 25 трав. 2007 р.) / М-во освіти і науки, Ін-т підготовки кадрів державної служби зайнятості України, [відп. ред. Киричук О. В.]. – К.: Інститут підготовки кадрів державної служби зайнятості України, 2007. – 327 с.
23. Психологія професійної діяльності і спілкування / за ред. Л.Е. Орбан, Д.М. Триджука. – К. : Преса України, 1997. – 192 с.
24. Психология среднего возраста, старения, смерти / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: «прайм – ЕВРОЗНАК», М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2003. – С. 112-113.

25. Столярчук О.А. Професійна самооцінка майбутнього фахівця: теорія і практика: навч.-метод. посіб. / О.А. Столярчук. – К.: Науковий світ. – 2010. – 103 с.
26. Сыманюк Э.Э. Психология профессионально-обусловленных кризисов / Э.Э. Сыманюк. – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. – 320 с.
27. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
28. Тренинг профессиональной идентичности: руководство для преподавателей вузов и практикующих психологов / [авт.-сост. Л. Б. Шнейдер]. – М.: Изд-во Московского психолого-социального ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2004. – 208 с.
29. Фонарев А.Р. Психологические особенности личностного становления профессионала / А.Р. Фонарев. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2005. – 560 с.
30. Шадриков В.Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / В.Д. Шадриков. – М.: Наука, 1982. – 185 с.