

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
Кафедра загальної, вікової та педагогічної психології

“ЗАТВЕРДЖУЮ”



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Психологія професійного самоздійснення**

(шифр і назва навчальної дисципліни)

напря́м підготовки \_\_\_\_\_

(шифр і назва напряму підготовки)

спеціальність 8.03010201 «Психологія»

(шифр і назва спеціальності)

спеціалізація \_\_\_\_\_

(назва спеціалізації)

інститут, факультет, відділення Інститут людини

(назва інституту, факультету, відділення)

2014 – 2015 навчальний рік

Робоча програма Психологія професійного самоздійснення  
для студентів за напрямом підготовки 8.03010201 «Психологія»

Розробник: Столярчук Олеся Анатоліївна, кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри загальної, вікової та педагогічної психології ,

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

Протокол від «29» серпня 2014 року № 1

Завідувач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології

  
\_\_\_\_\_ (О.П. Сергєєнкова)

Розподіл годин звірено з робочим навчальним планом. Структура типова.

Заступник директора Інституту людини  П.А. Клішевич

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

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

Робочу навчальну програму укладено згідно з вимогами кредитно-модульної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати магістрант відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Психологія професійного самоздійснення», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів. Навчальна дисципліна «Психологія професійного самоздійснення» є складовою частиною нормативних дисциплін циклу науково-предметної підготовки.

**Мета курсу** – формування у магістрантів сучасного уявлення про професіоналізм, динаміку професійного самоздійснення 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 професійного самоздійснення як про актуальну прикладну наукову галузь;
- інтеграція та систематизація знань про професійне самовизначення та самоздійснення особистості впродовж її життя;
- опанування знань про психологію суб'єкта фахової діяльності та успішну побудову ним професійної кар'єри;
- формування професійного мислення магістрантів, набуття ними досвіду творчого використання психологічних знань для вирішення конкретних завдань майбутньої фахової діяльності;
- сприяння професійному самовизначенню та набуттю магістрантами професійно-педагогічної 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 психологічний супровід;
- психологічні особливості професійного самоздійснення молоді на

- сучасному ринку праці;
- специфіка професійного самовизначення незайнятого в професійній діяльності населення;
- психологічні аспекти побудови професійної кар'єри;
- типові психологічні проблеми професійного самоздійснення особистості.

Підвищенню ефективності семінарських занять сприятиме передбачене програмою виконання індивідуального навчально-дослідницького завдання, зокрема теоретико-дослідницької роботи фахового спрямування.

Під час семінарських занять, індивідуальної навчально-дослідницької та самостійної роботи студенти **набувають уміння та навички:**

- використовувати теоретичні знання та практичні навички із психології професійного самоздійснення 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, зростання та самоздійснення.

Кількість годин, відведених навчальним планом на вивчення дисципліни, становить 144 год., із них 18 год. – лекції, 18 год. – семінарські заняття, 10 год. – практичні заняття, 8 год. – індивідуальна робота, 82 год. – самостійна робота, 8 год. – модульний контроль.

Вивчення навчальної дисципліни «Психологія професійного самоздійснення» завершується складанням заліку.

### I. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 4	Галузь знань 0301 «Соціально-політичні науки»	Нормативна	
	Напрямок підготовки 8.03010201 «Психологія»		
Модулів – 4		Рік підготовки	
Змістових модулів – 4		5-й	-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання – 1		Семестр	
Загальна кількість годин – 144		9-й	10-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2, самостійної роботи магістранта – 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: магістр	Лекції	
		8 год.	10 год.
		Практичні, семінарські	
		8/8 год.	2/10 год.
		Лабораторні	
		0 год.	0 год.
		Самостійна робота	
		40 год.	42 год.
		Індивідуальні завдання:	
8 год.			
Вид контролю:			
залік			

## II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин							
		Разом	Аудиторних	Лекцій	Практичних	Семінарських	Індивідуальна робота	Самостійна робота	Підсумковий контроль
<b>Змістовий модуль I. ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ</b>									
1	Психологія професійної діяльності як наукова галузь	14	2	2				12	
2	Психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності	16	6	2	2	2		10	
3	Стадії професійного становлення людини, їх психологічний супровід	8	8	2	2	2			2
<i>Разом</i>		<b>38</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		<b>22</b>	<b>2</b>
<b>Змістовий модуль II. ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ</b>									
4	Психологічні особливості професійного самовизначення молоді	14	4		2	2		10	
5	Психологія професійного самоздійснення молоді на сучасному ринку праці	4	4	2	2				
6	Професійне самовизначення незайнятого населення	18	4			2	4	10	2
<i>Разом</i>		<b>36</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>2</b>
<b>Змістовий модуль III. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОБУДОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ</b>									
7	Психологія адаптації початківця до професійної діяльності	12	2			2		10	
8	Психологія фахової кар'єри	6	6	4		2			
9	Професійний саморозвиток особистості	18	8	2	2	2		10	2
<i>Разом</i>		<b>36</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>6</b>		<b>20</b>	<b>2</b>
<b>Змістовий модуль IV. ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ</b>									
10	Кризи професійного розвитку особистості	14	4	2		2		10	
11	Професійні деструкції та деформації	2	2	2					
12	Професійне вигорання особистості	18	4			2	4	10	2
<i>Разом</i>		<b>34</b>	<b>10</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>2</b>
<i>Разом за навчальним планом</i>		<b>144</b>	<b>54</b>	<b>18</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>82</b>	<b>8</b>

## **III. ПРОГРАМА**

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I**

#### **ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

##### **Лекція 1. Психологія професійної діяльності як наукова галузь (2 год.)**

Психологія професійної діяльності як наукова галузь, її об'єкт, предмет і основні категорії. Галузеві та міждисциплінарні зв'язки психології професій. Сучасні тенденції розвитку, завдання та методи психології професій. Технології реалізації практичної спрямованості психології професійної діяльності. Прикладні області дії психології професій.

**Основні поняття теми:** професійна діяльність, психологія професійної діяльності, психологія професій, професія, професіограма, психологічна профілактика, психологічне консультування, психологічна корекція, особистісно-орієнтована терапія, психологічна реабілітація.

##### **Лекція 2. Психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності (2 год.)**

Поняття професії та самоздійснення 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:** професія, професійне самоздійснення, фахівець, суб'єкт професійної діяльності, професіоналізм, професіоналізм особистості, професіоналізм діяльності, індивідуальний стиль фахової діяльності, професійна позиція особистості.

##### **Семінар 1. Професійна самосвідомість фахівця**

##### **Практичне заняття 1. Професійна самооцінка фахівця**

##### **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. Взаємодія індивідуального, особистісного та професійного розвитку людини. Стадії професійного становлення людини та їх зміст.

**Основні поняття теми:** професійне становлення, професійний розвиток, адаптивна модель професійного розвитку, прогресивна модель професійного розвитку, плавний, прискорений і стрибкоподібний сценарії професійного становлення, стадія оптації, стадія професійної підготовки, стадія професійної адаптації, стадія професіоналізації, стадія професійної майстерності.

##### **Семінар 2. Психологічний супровід професійного розвитку людини**

**Практичне заняття 2.** Індивідуальний стиль професійної діяльності особистості

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

### **Лекція 4. Психологія професійного самоздійснення молоді (2 год.)**

Поняття професійного розвитку, його етапів. Теорії професійного розвитку особистості. Передумови професійного вибору юнацтва. Чинники та мотивація професійного вибору молоді. Типові труднощі та помилки професійного самовизначення юнацтва. Формування особистого професійного плану молодій людині. Рівні становлення мотивації професійної діяльності.

*Основні поняття теми:* професійний розвиток, професійне самовираження, особистий професійний план, мотивація професійного вибору, мотивація професійної діяльності, стихійна, суб'єктивна, зріла професійна мотивація.

**Семінар 3. Психологічний супровід професійного самовизначення старшокласників**

**Практичне заняття 3.** Мотивація професійного вибору та діяльності особистості

**Семінар 4.** Професійне самовизначення незайнятого населення

**Практичне заняття 4.** Професійна соціалізація особистості студентського віку

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОБУДОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ**

### **Лекція 5-6. Психологія фахової кар'єри (4 год.)**

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

*Основні поняття теми:* професійна самореалізація, фахова кар'єра, планування професійної кар'єри, кар'єрне просування, горизонтальний, вертикальний та діагональний типи кар'єри, конструктивне та деструктивне кар'єрне просування.



**Семінар 5.** Психологія адаптації початківця до професійної діяльності

**Семінар 6.** Типові проблеми побудови особистістю професійної кар'єри

**Лекція 7. Професійний саморозвиток особистості (2 год.)**

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

**Основні поняття теми:** професійний саморозвиток, мотивація професійного саморозвитку, внутрішні та зовнішні ресурси фахового саморозвитку.

**Семінар 7.** Психологія розвитку резервних можливостей суб'єкта праці

**Практичне заняття 5.** Творчий потенціал суб'єкта професійної діяльності

**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV  
ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ  
ОСОБИСТОСТІ**

**Лекція 8. Кризи професійного розвитку особистості (2 год.)**

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

**Основні поняття теми:** криза професійного розвитку, докритична, критична та посткритична фази, нормативна та ненормативна кризи фахового розвитку, конструктивна, індиферентна та деструктивна стратегії переживання кризи професійного розвитку, криза професійних експектацій, криза професійного зростання, криза фахової кар'єри, криза професійної самоактуалізації, криза втрати професійної діяльності.

**Семінар 8.** Психологічні вияви пригнічення професійної працездатності

**Лекція 9. Професійні деструкції та деформації (2 год.)**

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

**Основні поняття теми:** професійна деструкція, професійна деформація, загальнофахова деформація, спеціальна професійна деформація, професійно-типологічна деформація, індивідуалізована фахова деформація, професійна акцентуація, професійна стагнація.

## **Семінар 9. Професійне вигорання особистості**

**Практичне заняття 5. Збереження психологічного здоров'я фахівця.**

#### IV. Навчально-методична карта дисципліни «Психологія професійного самоздійснення»

Разом: 144 год., лекції – 18 год., практичні роботи – 10 год., семінарські заняття – 18 год., індивідуальна робота – 8 год., модульний контроль – 8 год., самостійна робота – 82 год. Залік. Коефіцієнт – 3,3.

Модулі	Змістовий модуль I	Змістовий модуль II	Змістовий модуль III	Змістовий модуль IV
Назва модуля	Загальні питання психології професійної діяльності	Психологія професійного самовизначення особистості	Психологічні аспекти побудови професійної кар'єри	Типові проблеми професійної самореалізації особистості
Кіль-сть балів за модуль	82 бали	80 балів	82 бали	89 балів
Теми лекцій	1. Психологія професійної діяльності як наукова галузь – 1 бал. 2. Психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності – 1 бал. 3. Стадії професійного становлення людини – 1 бал.	4. Психологія професійного самоздійснення молоді – 1 бал.	5-6. Психологія фахової кар'єри – 2 бали. 7. Професійний саморозвиток особистості – 1 бал.	8. Кризи професійного розвитку особистості – 1 бал. 9. Професійні деструкції та деформації – 1 бал.
Теми семінарів	1. Професійна самосвідомість фахівця - 11 балів. 2. Психологічний супровід професійного розвитку людини – 11 балів.	3. Психологічний супровід професійного самовизначення старшокласників – 11 балів. 4. Професійне самовизначення незайнятого населення – 11 балів.	5. Психологія адаптації початківця до професійної діяльності – 11 балів. 6. Типові проблеми побудови особистістю професійної кар'єри – 11 балів. 7. Психологія розвитку резервних можливостей суб'єкта праці – 11 балів.	8. Психологічні вияви пригнічення професійної працездатності – 11 балів. 9. Професійне вигорання особистості – 11 балів.
Теми практичних занять	1. Професійна самооцінка фахівця – 11 балів. 2. Індивідуальний стиль професійної діяльності особистості – 11 балів.	3. Професійна соціалізація особистості студентського віку – 11 балів. 4. Мотивація професійного вибору та діяльності особистості – 11 балів.	4. Творчий потенціал суб'єкта професійної діяльності – 11 балів.	
ІНДЗ				Психологічне дослідження – 30 балів
Самостійна робота	Таблиця – 5 балів. Опорно-логічна схема – 5 балів.	Фрагмент тренінгу – 5 балів. Зміст бесіди – 5 балів.	Методичні рекомендації – 5 балів. План саморозвитку – 5 балів.	Термінологічний словник – 5 балів Асоціативне гроно – 5 балів.
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота 1 – 25 балів	Модульна контрольна робота 2 – 25 балів	Модульна контрольна робота 3 – 25 балів	Модульна контрольна робота 4 – 25 балів
Підсумковий контроль	Залік			

## V. ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ І ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

### Змістовий модуль I ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

#### *Семінар 1.*

**Тема: Професійна самосвідомість фахівця (2 год.)**

План:

1. Поняття професійної самосвідомості фахівця, її функцій.
2. Структура професійної самосвідомості.
3. Види та чинники формування професійної самосвідомості.
4. Образ професійного «Я» та професійна самооцінка суб'єкта праці.

#### **Рекомендована література:**

1. Деркач А.А. Акмеологические основы развития профессионала / А.А. Деркач. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭКС», 2004. – 752 с.
2. Каламаж Р. В. Професійна самосвідомість: теорія та практика формування у ВНЗ : [навчально-методичний посібник] / Р. В. Каламаж. – Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2012. – 148 с.
3. Маркова А. К. Психология профессионализма. – М.: Знание, 1996. – 308 с.
4. Малхазов О.Р. Психологія 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](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. Столярчук О.А. Професійна самооцінка майбутнього фахівця: теорія і практика: навч.-метод. посіб. / О.А. Столярчук. – К.: Науковий світ. – 2010. – 103 с.
7. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
8. Шамлян К.М. Професійна самосвідомість викладача-психолога / К.М. Шамлян. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://novyn.kpi.ua/2007-3-2/31\\_Shamlyan.pdf](http://novyn.kpi.ua/2007-3-2/31_Shamlyan.pdf).

#### *Практичне заняття 1.*

**Тема: Професійна самооцінка фахівця (2 год.)**

Хід роботи:

1. Проведення діагностичного тестування для виявлення рівня та характеру професійної самооцінки магістрантів.
2. Виконання вправи «Історія моєї самооцінки».
3. Виконання вправи «Приклади».

#### 4. Виконання вправи «Інтерв'ю».

### **Семінар 2.**

**Тема: Психологічний супровід професійного розвитку людини (2 год.)**

План:

1. Психологічний супровід фахівця на стадії адаптації.
2. Психологічний супровід фахівця на стадії професіоналізації.
3. Психологічний супровід фахівця на стадії майстерності.
4. Психологічний супровід фахівця на стадії завершення професійної діяльності.

#### **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. Кудрявцев Т.В. Психологический анализ динамики профессионального самоопределения личности / Т. В. Кудрявцев, В. Ю. Шегурова // Вопросы психологии. – 1983. – № 2. – С. 51–59.
3. Малхазов О.Р. Психология праці. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://b-ko.com/book\\_36\\_glava\\_30\\_1.3.7.\\_%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%EF%BF%BD.html](http://b-ko.com/book_36_glava_30_1.3.7._%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%EF%BF%BD.html).
4. Поваренков Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека / Ю.П. Поваренков. – М.: Изд-во УРАО, 2002. – 160 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. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.

### **Практичне заняття 2.**

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

Хід роботи:

1. Дослідження домінуючого комунікативного стилю магістрантів засобами тестування.
2. Обговорення переваг та недоліків комунікативного стилю для успішності професійної діяльності.
3. Виконання вправи «Герб особистості фахівця».
4. Виконання вправи «Індивідуальний стиль професійної діяльності».

## **Змістовий модуль II**

## ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

### *Семінар 3.*

**Тема: Психологічний супровід професійного  
самовизначення старшокласників (2 год.)**

План:

1. Професійна орієнтація школярів як напрям роботи психолога.
2. Зміст просвітницької та консультативної роботи психолога щодо профорієнтації школярів.
3. Специфіка діагностичної роботи психолога з клієнтами на стадії оптації.
4. Зміст корекційно-розвивальної роботи психолога щодо професійного самовизначення школярів.

### **Рекомендована література:**

1. Вачков И.В. Психологическое сопровождение выбора профессии: научно-метод. пособие / [Л.М. Митина, Л.В. Брендакова, И.В. Вачков и др.]; под ред. Л.М. Митиной; РАО, Московский психолого-социальный ин-т. – [2 изд., испр.]. – М.: Флинта, 2003. – 181с.
2. Вітківська О.І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Вітківська Оксана Ігорівна. – К., 2002. – 223 с.
3. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е.И. Головаха. – К.: Наукова думка, 1988. – 144 с.
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – 512 с.
5. Кон И.С. Психология старшеклассника: Пособие для учителей / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1980. – 192 с.
6. Сафин В.Ф. Психология самоопределения личности: Учебное пособие / В.Ф. Сафин. – Свердловск: Свердл. пед. ин-тут, 1986. – 142 с.
7. Сорокина Н.В. Психология профориентации: курс лекций / Н.В.Сорокина – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://tspu.ru/res/psi/psyorient/index.htm>.

### *Практичне заняття 3.*

**Тема: Мотивація професійного вибору та діяльності особистості (2 год.)**

Хід роботи:

1. Діагностика мотивації професійного вибору стилю магістрантів засобами тестування.
2. Виконання вправи «Ієрархія мотивів».
3. Виконання вправи «Коло субособистостей».
4. Виконання вправи «Престиж професії».

### *Семінар 4.*

**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%2F32629%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.

**Практичне заняття 4.**

**Тема: Професійна соціалізація особистості студентського віку (2 год.)**

## План:

1. Діагностика рівня тривожності та фрустрованості магістрантів засобами тестування.
2. Проведення мозкового штурму за темою: «Профілактика переживання студентами криз фахового навчання».
3. Виконання вправи «Зоряний час і втрачені ілюзії».
4. Виконання вправи «Професійні стереотипи».

**Змістовий модуль III****ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОБУДОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ  
КАР'ЄРИ****Семінар 5.**

**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](http://pidruchniki.ws/15130616/psihologiya/psihologichni_pitannya_trudovoyi_adaptatsiyi_stabilizatsiyi_robochih_kadriv#861).
2. Бондаренко І.І. Психологічні умови ефективної професійної адаптації психологів-початківців: автореф. дис. канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія і історія психології» / І.І. Бондаренко. – К., 2004. – 21 с.
3. Панченко Л.Л. Адаптация к профессиональной деятельности: учеб. пособ. / Л.Л. Панченко. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://window.edu.ru/resource/706/61706/files/psihology022.pdf>.
4. 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.
5. Професійна адаптація випускника ВНЗ. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://damar.ucoz.ru/publ/20-1-0-198>.
6. Слостенин В.А. Профессиональная адаптация личности / В.А. Слостенин. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://uchebniki.ws/157806155549/psihologiya/professionalnaya\\_adaptatsiya\\_lichnosti](http://uchebniki.ws/157806155549/psihologiya/professionalnaya_adaptatsiya_lichnosti).
7. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
8. Чайкина Н.А. Теоретический обзор по проблеме профессиональной адаптации. – Полтава, 1988. – 56 с.

**Семінар 6.**

**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\\_illuzii\\_praktika.html](http://www.elitarium.ru/2007/03/13/karernye_lovushki_i_illuzii_praktika.html).
  5. Кириченко Т. Специфіка становлення професійної ідентичності майбутніх психологів / Т. Кириченко, Ю. Орленко // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – Педагогіка. Психологія. Філософія : зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2012. – Вип. 24. – С. 428–432.
  6. Кирт Н. Л. Динамика представлений о профессиональной карьере психологов образования в процессе профессионального самоопределения: автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Н. Л. Кирт; Московский государственный открытый педагогический ун-т. – М., 2000. – 21 с.
  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. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность: Монография – М.: МОСУ, 2001 г. 272 с. [ <http://psychlib.ru/mgppu/sh1/SH1-003-.HTM> ].

### **Семінар 7.**

**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\\_rozvitku\\_korektsiyi\\_rezervnih\\_mozhливостей\\_pratsivnika#723](http://pidruchniki.ws/18000102/psihologiya/psihologichni_aspekti_formuvannya_rozvitku_korektsiyi_rezervnih_mozhливостей_pratsivnika#723).
2. Індивідуальний стиль діяльності психолога. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу:  
<http://www.uadoc.zavantag.com/text/30047/index-1.html>.

3. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М.: Междунар. гуманит. фонд «Знание», 1996. – 308 с.
4. 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.
5. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
6. Трофімов Ю.Л. Психологія: підручник / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та інш. – 2-ге вид., стереотип. – К: Либідь, 2000. – С.
7. Щербатых Ю.В. Психология успеха: популярная энциклопедия / Ю.В. Щербатых. – М.: Эксмо, 2004. – 560 с.

### ***Практична робота 5.***

**Тема: Творчий потенціал суб'єкта професійної діяльності**

Хід роботи:

1. Дослідження ресурсів професійного саморозвитку магістрантів засобами тестування.
2. Виконання вправи «Інвентаризація».
3. Виконання вправи «Обмін».
4. Виконання вправи «Скринька інструментів».

## **Змістовий модуль IV ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ**

### ***Семінар 8.***

**Тема: Психологічні вияви пригнічення професійної працездатності (2 год.)**

План:

1. Фактори і закономірності змін професійної працездатності фахівця.
2. Поняття професійного стресу, його причини та усунення.
3. Специфіка втоми та монотонії як несприятливих функціональних станів суб'єкта професійної праці.

### **Рекомендована література:**

1. Баклицький І.О. Психологія праці: підручник / І.О. Баклицький. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://pidruchniki.ws/11510409/psihologiya/psihologichni\\_aspekti\\_pidvischen\\_nya\\_profesiynoyi\\_pratsezdatnosti\\_pratsivnika#444](http://pidruchniki.ws/11510409/psihologiya/psihologichni_aspekti_pidvischen_nya_profesiynoyi_pratsezdatnosti_pratsivnika#444).
2. Бодров В.А. Развитие учения о профессиональном утомлении человека / В.А. Бодров // Психологический журнал. – 2010. - № 5. – С. 89-99.
3. Дзвоник Г.П. Професійний стрес і підходи до його вивчення / Г.П. Дзвоник, Т.Л. Савченко. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.rusnauka.com/10\\_NPE\\_2009/Psihologia/43976.doc.htm](http://www.rusnauka.com/10_NPE_2009/Psihologia/43976.doc.htm).

4. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://studentam.net.ua/content/view/10883/86/>.
5. Куриця Д.І. Вплив професійного стресу на особистість / Д.І. Куриця // Проблеми сучасної психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України; Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка. – К., 2009. – Вип. 4. – С. 152–157.
6. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса / А.Б. Леонова // Вестник Моск.ун-та. – Сер.14: Психология. – 2000. – № 3. – С. 4-19.
7. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.

### **Семінар 9.**

#### **Тема: Професійне вигорання особистості (2 год.)**

##### План:

1. Професійне вигорання фахівця як феномен, його ознаки.
2. Детермінанти професійного вигорання особистості.
3. Динаміка професійного вигорання.
4. Профілактика і корекція професійного вигорання фахівця.

##### **Рекомендована література:**

1. Методичні рекомендації «Профілактика професійного вигорання працівників соціальної сфери» / [за заг. ред. канд. мед. наук М.Л. Авраменка]. – Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів. – Л.: 2008. – 53 с.
2. Самоукина Н.В. Синдром профессионального выгорания / Н.В. Самоукина. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.elitarium.ru/2005/01/12/sindrom\\_professionalnogo\\_vygoranija.htm](http://www.elitarium.ru/2005/01/12/sindrom_professionalnogo_vygoranija.htm)
3. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти / За ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової – К., 2006. – 365 с.
4. Синдром «професійного вигорання» як результат хронічного професійного стресу в педагогічних працівників. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.google.com.ua/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=8&ved=0CFoQFjAH&url=http%3A%2F%2Fskviravo.ucoz.ru%2Fuvaga\\_pervoklas%2Fprofesijne\\_vigorannj\\_a.rtf&ei=HefPUvX5DqfI4ATeh4HICg&usg=AFQjCNHLsm-BQIF6O2zUmG1TrNTpCTDxzA](http://www.google.com.ua/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=8&ved=0CFoQFjAH&url=http%3A%2F%2Fskviravo.ucoz.ru%2Fuvaga_pervoklas%2Fprofesijne_vigorannj_a.rtf&ei=HefPUvX5DqfI4ATeh4HICg&usg=AFQjCNHLsm-BQIF6O2zUmG1TrNTpCTDxzA).
5. Столярчук О.А. Професійна самооцінка майбутнього фахівця: теорія і практика: навч.-метод. посіб. / О.А. Столярчук. – К.: Науковий світ. – 2010. – 103 с.
6. 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

#### ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

**Тема 1. Психологія професійної діяльності як наукова галузь – 12 год.**  
Опрацювавши питання «Дослідницькі методи психології професій» за підручником, заповнити таблицю – 5 балів.

Назва методу	Призначення	Переваги	Недоліки

**Тема 2. Психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності – 10 год.**

Опрацювати питання «Детермінація та ознаки негативної Я-концепції фахівця» та скласти опорно-логічну схему його змісту – 5 балів.

### Змістовий модуль II

#### ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

**Тема 4. Психологічні особливості професійного самовизначення молоді – 10 год.**

Розробити зміст тренінгового заняття з профорієнтації для одинадцятикласників – 5 балів.

**Тема 6. Професійне самовизначення незайнятого населення – 10 год.**

Розробити орієнтовний зміст консультативної бесіди з безробітним клієнтом – 5 балів.

### Змістовий модуль III

#### ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОБУДОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ

**Тема 7. Психологія адаптації початківця до професійної діяльності – 10 год.**

Напрацювати методичні рекомендації щодо оптимізації професійної адаптації психолога-початківця – 5 балів.

**Тема 9. Професійний саморозвиток особистості – 10 год.**

Розробити основні напрями власного професійного саморозвитку – 5 балів.

### Змістовий модуль IV

#### ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

**Тема 10. Кризи професійного розвитку особистості – 10 год.**

Опрацювавши зміст теми, укласти термінологічний словник – 5 балів.

**Тема 12. Професійне вигорання особистості – 10 год.**

Розробити асоціативне гроно за темою, опрацювавши лекційний зміст та матеріали підручника – 5 балів.

Таблиця 6.1

### КАРТА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ МАГІСТРАНТА

Змістовий модуль та теми курсу	Академічний контроль	Бали	Термін виконання
<b>Змістовий модуль I. ЗАГАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ</b>			
Тема 1. Психологія професійної діяльності наукова галузь – 12 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 1
Тема 2. Психологічні характеристики особистості суб'єкта професійної діяльності – 10 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 2
<b>Змістовий модуль II. ПСИХОЛОГІЯ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ</b>			
Тема 4. Психологічні особливості професійного самовизначення молоді – 10 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 3
Тема 6. Професійне самовизначення незайнятого населення – 10 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 4
<b>Змістовий модуль III. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОБУДОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ</b>			
Тема 7. Психологія адаптації початківця до професійної діяльності – 10 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 5
Тема 9. Професійний саморозвиток особистості 10 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 7
<b>Змістовий модуль IV. ТИПОВІ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ</b>			
Тема 10. Кризи професійного розвитку особистості – 10 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 8
Тема 12. Професійне вигорання особистості – 10 год.	Семинар, модульний контроль, залік	5	До семінару 9
<i>Разом: 82 год.</i>	<i>Разом: 40 балів</i>		

## VII. ІНДИВІДУАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНА РОБОТА

*Індивідуальна навчально-дослідна робота* є видом позааудиторної індивідуальної діяльності магістранта, результати якої використовуються у процесі вивчення програмового матеріалу навчальної дисципліни.

*Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ)* з курсу «Психологія професійного самоздійснення» – це вид навчально-дослідної роботи магістранта, яка містить зміст та аналіз результатів дослідницької діяльності, відображає певний рівень його фахової навчальної компетентності.

*Мета ІНДЗ:* самостійне опрацювання і поглиблення матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу щодо майбутньої професії, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

*Форма ІНДЗ:* завершена теоретико-дослідницька робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських і практичних занять.

### **ЗМІСТ ІНДЗ ІЗ ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ**

#### **Хід роботи:**

1. Опрацювати теоретичний матеріал щодо обраної теми.
2. Напрацювати власні висновки та рекомендації щодо специфіки обраної проблеми у професійній діяльності психолога.

Таблиця 7.1

#### **Критерії оцінювання ІНДЗ**

<b>№ з/п</b>	<b>Критерії оцінювання роботи</b>	<b>Максимальна кількість балів</b>
1	Опрацювання наукових джерел для визначення теоретичних засад виконання завдання	16
2	Формулювання психологічно обґрунтованих висновків і рекомендацій	6
3	Своєчасне оформлення звітної документації	4
4.	Дотримання вимог щодо технічного оформлення структурних елементів роботи	4
<b>Разом</b>		<b>30 балів</b>

#### **Орієнтовна тематика ІНДЗ**

1. Структура та ознаки професіоналізму психолога.
2. Професійна адаптація психолога-початківця.
3. Специфіка професійного розвитку психолога.
4. Особливості професійного саморозвитку психолога.
5. Чинники та ознаки професійної успішності психолога.
6. Механізми професійної самореалізації психолога.

7. Професійна творчість психолога.
8. Мотивація фахової діяльності психолога.
9. Специфіка побудови професійної кар'єри психолога.
10. Гендерна специфіка професійної діяльності психолога.
11. Професійні цінності й ідеали психолога.
12. Професійна позиція психолога.
13. Психологічні особливості професійної самосвідомості психолога.
14. Особистісна і професійна самооцінка психолога.
15. Соціальний престиж професії психолога.
16. Кризи професійного розвитку психолога.
17. Специфіка професійного іміджу психолога.
18. Індивідуальний стиль професійної діяльності психолога.
19. Професіоналізм викладача психології.
20. Підтримання професійної працездатності психолога.
21. Перфекціонізм особистості та професійної діяльності психолога.
22. Професійні деформації та деструкції психолога.
23. Чинники й ознаки професійного вигорання психолога.
24. Професійне вигорання психолога: профілактика і корекція.
25. Трудоголізм у фаховій діяльності психолога.

Таблиця 7.2

## Шкала оцінювання ІНДЗ

<b>Рівень виконання</b>	<b>Кількість балів, що відповідає рівню</b>	<b>Оцінка за традиційною системою</b>
Високий	28-30	відмінно
Достатній	22-27	добре
Середній	16-21	задовільно
Низький	0-15	незадовільно

Оцінка з ІНДЗ є обов'язковим балом, який враховується при підсумковому оцінюванні навчальних досягнень магістрантів з навчальної дисципліни «Психологія професійного самоздійснення».

Магістрант може набрати максимальну кількість балів за ІНДЗ – 30 балів.

## VIII. СИСТЕМА ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

Навчальні досягнення магістрантів із дисципліни «Психологія професійного самоздійснення» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.

Контроль успішності магістрантів 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. 8.1.

Таблиця 8.1

### Розрахунок рейтингових балів за видами поточного та підсумкового контролю

№ п/п	Вид діяльності	Кількість рейтингових балів
1	Відвідування лекцій	9
2	Семінарські заняття	99
3	Практичні заняття	55
3	Індивідуальна навчально-дослідницька робота	30
4	Самостійна робота	40
5	Модульні контрольні роботи	100
6	Загальна максимальна кількість поточних балів	<b>333</b>
7	Коефіцієнт	<b>3,3</b>
Підсумковий рейтинговий бал		<b>100</b>

У процесі оцінювання навчальних досягнень магістрантів з курсу «Психологія професійного самоздійснення» застосовуються такі методи:

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



Таблиця 8.2

**Порядок переведення рейтингових показників успішності у європейські оцінки ECTS**

<b>Підсумкова кількість балів (max – 100)</b>	<b>Оцінка за 4-бальною шкалою</b>	<b>Оцінка за шкалою ECTS</b>
1 – 34	<b>«незадовільно»</b> (з обов'язковим повторним курсом)	F
35 – 59	<b>«незадовільно»</b> (з можливістю повторного складання)	FX
60 – 74	<b>«задовільно»</b>	E, D
75 – 89	<b>«добре»</b>	C, B
90 – 100	<b>«відмінно»</b>	A

Загальні критерії оцінювання успішності магістрів, які отримали за 4-бальною шкалою оцінки «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно», подано у табл. 8.3.

Таблиця 8.3

**Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень магістрів**

<b>Оцінка</b>	<b>Критерії оцінювання</b>
<b>«відмінно»</b>	ставиться за повні та міцні знання матеріалу в заданому обсязі, вміння вільно виконувати практичні завдання, передбачені навчальною програмою; за знання основної та додаткової літератури; за вияв креативності у розумінні і творчому використанні набутих знань та умінь.
<b>«добре»</b>	ставиться за вияв магістрантом повних, систематичних знань із дисципліни, успішне виконання практичних завдань, засвоєння основної та додаткової літератури, здатність до самостійного поповнення та оновлення знань. Але у відповіді магістранта наявні незначні помилки.
<b>«задовільно»</b>	ставиться за вияв знання основного навчального матеріалу в обсязі, достатньому для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності, поверхову обізнаність з основною і додатковою літературою, передбаченою навчальною програмою; можливі суттєві помилки у виконанні практичних завдань, але магістрант спроможний усунути їх із допомогою викладача.
<b>«незадовільно»</b>	виставляється магістранту, відповідь якого під час відтворення основного програмового матеріалу поверхова, фрагментарна, що зумовлюється початковими уявленнями про предмет вивчення. Таким чином, оцінка «незадовільно» ставиться магістранту, який неспроможний до навчання чи виконання фахової діяльності після закінчення магістратури ВНЗ без повторного навчання за програмою відповідної дисципліни.

## ІХ. 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.

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

**3) За ступенем самостійності мислення:** репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

**4) За ступенем керування навчальною діяльністю:** під керівництвом викладача; самостійна робота магістрантів: з друкованими та електронними інформаційними носіями; виконання індивідуального навчально-дослідного завдання.

*II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:* навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни.

## Х. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ

Викладання навчальної дисципліни «Психологія професійного самоздійснення» 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);
- комплексні кваліфікаційні роботи та ректорські контрольні роботи (електронний ресурс).

## XI. ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Предмет психології професійного самоздійснення як наукової галузі, її завдання.
2. Міждисциплінарні та галузеві зв'язки психології професій.
3. Технології реалізації практичної спрямованості психології професійної діяльності.
4. Прикладні області дії психології професій.
5. Поняття професії та самоздійснення особистості у професійній сфері.
6. Психологічні характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності.
7. Професіоналізм, його структура та чинники формування.
8. Індивідуальний стиль фахової діяльності особистості, чинники та вияви.
9. Поняття професійної позиції суб'єкта, її чинники та функції.
10. Поняття професійної самосвідомості фахівця, її функції та структура.
11. Ознаки та чинники формування негативної Я-концепції фахівця. Види та чинники формування професійної самосвідомості.
12. Образ професійного «Я» та професійна самооцінка суб'єкта праці.
13. Поняття про професійне становлення особистості.
14. Моделі та сценарії професійного становлення.
15. Стадії професійного становлення людини та їх зміст.
16. Поняття професійного самовизначення, його чинники та системи.
17. Характеристика етапів професійного самовизначення школярів.
18. Поняття професійного розвитку, його етапів.
19. Передумови професійного вибору юнацтва.
20. Чинники та мотивація професійного вибору молоді.
21. Типові труднощі та помилки професійного самовизначення юнацтва.
22. Психологічний супровід професійного самовизначення старшокласників.
23. Психологічний супровід професійної підготовки особистості.
24. Психологічний супровід фахівця на стадії адаптації.
25. Психологічний супровід фахівця на стадії професіоналізації.
26. Психологічний супровід фахівця на стадії майстерності.
27. Психологічний супровід фахівця на стадії завершення професійної діяльності.
28. Психологічний супровід безробітної особистості.
29. Умови та чинники успішної професійної адаптації молодого спеціаліста.
30. Рівні та критерії оцінки ефективності професійної адаптації фахівця.
31. Ознаки і причини неефективної професійної презентації.
32. Проблеми формування професійної ідентичності фахівця.
33. Поняття професійної кар'єри, її функції та типи.
34. Вікові особливості планування кар'єри суб'єктом праці.
35. Типові етапи кар'єрного розвитку особистості.
36. Принципи та загальні технологічні аспекти побудови фахової кар'єри.
37. Типові проблеми кар'єрного зростання.

38. Професійна придатність та її підтримання фахівцем.
39. Поняття професійних ресурсів фахівця та їх ефективне використання.
40. Поняття професійного саморозвитку, його функції та чинники.
41. Характеристика напрямів фахового саморозвитку.
42. Професійна придатність та її підтримання фахівцем.
43. Поняття професійних ресурсів фахівця та їх ефективне використання.
44. Оптимізація індивідуального стилю професійної діяльності.
45. Розвиток креативних здібностей суб'єкта професійної діяльності.
46. Поняття про кризи професійного розвитку, їх види, функції та динаміка.
47. Стратегії переживання особистістю криз професійного розвитку.
48. Характеристика типових криз професійного розвитку особистості.
49. Наслідки переживання суб'єктом праці криз професійного розвитку.
50. Вплив професійної діяльності на особистість фахівця: позитивні та негативні наслідки.
51. Поняття професійних деструкцій, їх детермінація та вияви.
52. Професійні деформації, їх рівні.
53. Поняття професійної акцентуації та стагнації.
54. Шляхи професійної реабілітації фахівця.
55. Фактори і закономірності змін професійної працездатності фахівця.
56. Поняття професійного стресу, його причини та усунення.
57. Специфіка втоми та монотонії як несприятливих функціональних станів суб'єкта професійної праці.
58. Професійне вигорання фахівця, його ознаки та детермінанти.
59. Динаміка професійного вигорання.
60. Профілактика і корекція професійного вигорання фахівця.

## ХІІ. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Основна:

1. Баклицький І.О. Психологія праці: підручник / І.О. Баклицький. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://pidruchniki.ws/15840720/psihologiya/psihologiya\\_pratsi\\_-\\_baklitskiy\\_io](http://pidruchniki.ws/15840720/psihologiya/psihologiya_pratsi_-_baklitskiy_io).
2. Бочелюк В. Й., Зарицька В. В. Психологія: вступ до спеціальності: навч. посібник. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 288 с.
3. 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.
4. Малхазов О.Р. Психологія праці: навч. посіб / О.Р. Малхазов. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://b-ko.com/book\\_36.html](http://b-ko.com/book_36.html).
5. 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. Вачков И.В. Психологическое сопровождение выбора профессии: научно-метод. пособие / [Л.М. Митина, Л.В. Брендакова, И.В. Вачков и др.]; под ред. Л.М. Митиной; РАО, Московский психолого-социальный ин-т. – [2 изд., испр.]. – М.: Флинта, 2003. – 181с.
4. Вітківська О.І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Вітківська Оксана Ігорівна. – К., 2002. – 223 с.
5. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи / Е.И. Головаха. – К.: Наукова думка, 1988. – 144 с.
6. Горелова Г.Г. Кризисы личности и педагогическая профессия / Г.Г. Горелова. – М.: Московский социально-психологический институт, 2004. – 320 с.
7. Деркач А.А. Акмеологические основы развития профессионала / А.А. Деркач. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2004. – 752 с.
8. Занюк С.С. Психологія мотивації: Навч. посібник / С.С. Занюк – К.: Либідь, 2002. – 304 с.
9. Иванова Е.М. Психология профессиональной деятельности / Е.М. Иванова. – М.: ПЕР СЕ, 2006. – 384 с.

10. Климов Е.А. Психология профессионала / Е.А. Климов. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЕК», 1996. – 400 с.
11. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – Ростов–на–Дон : Феникс, 1996. – 512 с.
12. Кон И.С. Психология старшеклассника: Пособие для учителей / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1980. – 192 с.
13. Кудрявцев Т.В. Психологический анализ динамики профессионального самоопределения личности / Т. В. Кудрявцев, В. Ю. Шегурова // Вопросы психологии. – 1983. – № 2. – С. 51–59.
14. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М.: Междунар. гуманит. фонд «Знание», 1996. – 308 с.
15. Митина Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях / Л.М. Митина // Вопросы психологии. – 1997. – № 4. – С. 44–53.
16. 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.
17. Пилипенко Н. Психологічні особливості самореалізації особистості в умовах професійної кризи / Н. Пилипенко // Соціальна психологія. – 2005. – № 3. – С. 72–79.
18. Пиняева С.Е. Личностное и профессиональное развитие в период зрелости / С.Е. Пиняева, Н.В. Андреев // Вопросы психологии. – 1998. – № 2. – С. 3–10.
19. Поваренков Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека / Ю.П. Поваренков. – М.: Изд-во УРАО, 2002. – 160 с.
20. Поваренков Ю.П. Психология профессионального становления личности: (основы психологической концепции развития профессионализации) / Ю.П. Поваренков. – Курск: Изд-во КГПИ, 1991. – 131 с.
21. 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.
22. Професіоналізм особистості: теоретико-методологічний аспект: Монографія / Під ред. В.Й. Бочелюка. – Запоріжжя: ДУ «ЗІДМУ», 2007. – 248 с.
23. Пряжников Н.С. Психология труда и человеческого достоинства: уч. пособ. для студ. выс. учеб. заведений / Н. С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.
24. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда: учеб. пособ. / Н.С. Пряжников. – М.: Издательство Московского психолого-социального института: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2010. – 536 с.

25. Психологічний словник / Автори-укладачі В.В. Синявський, О.П. Сергеєнкова / За ред. Н.А. Побірченко. – К.: Науковий світ, 2007. – 274 с.
26. 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.
27. Психологія професійної діяльності і спілкування / за ред. Л.Е. Орбан, Д.М. Триджука. – К. : Преса України, 1997. – 192 с.
28. Психология среднего возраста, старения, смерти / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: «прайм – ЕВРОЗНАК», М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2003. – С. 112-113.
29. Развитие профессиональной компетентности педагогов: программы и конспекты занятий с педагогами / авт.-сост. М.И. Чумакова, З.В. Смирнов. – Волгоград: Учитель, 2008. – 135 с.
30. Сафин В.Ф. Психология самоопределения личности: Учебное пособие / В.Ф. Сафин. – Свердловск: Свердлов. пед. ин-тут, 1986. – 142 с.
31. Сергеєнкова О.П. Вікова психологія: навч. посіб. / Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 384 с.
32. Столярчук О.А. Професійна самооцінка майбутнього фахівця: теорія і практика: навч.-метод. посіб. / О.А. Столярчук. – К.: Науковий світ. – 2010. – 103 с.
33. Сыманюк Э.Э. Психология профессионально-обусловленных кризисов / Э.Э. Сыманюк. – М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. – 320 с.
34. Толочек В.А. Современная психология труда: уч. пособ. / В.А. Толочек. – [2-е изд.]. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.
35. 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.
36. Фонарев А.Р. Психологические особенности личностного становления профессионала / А.Р. Фонарев. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2005. – 560 с.
37. Шадриков В.Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / В.Д. Шадриков. – М. : Наука, 1982. – 185 с.