

Білоцерківський національний аграрний університет
Соціально-гуманітарний факультет
Кафедра психології та здоров'я людини

	СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «Соціально-психологічний тренінг» Галузь знань - С «Соціальні науки, журналістика та інформація» Спеціальність – С 4 «Психологія» Освітня програма - «Психологія. Організаційна психологія»
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Компонент освітньої програми:	Обов'язкова
Кількість кредитів ECTS / загальна кількість годин	6 кредитів / 180 годин
Семестр	3,4
Форма контролю	Залік, іспит
Мова викладання	українська
Профайл викладача 	Алексєєва Олена Іванівна Посада: старший викладач кафедри психології та здоров'я людини Науковий ступінь: кандидат психологічних наук Робоче місце: навчальний корпус № 6 (б-р Олександрійський, 96), кафедра психології та здоров'я людини. E-mail: olenka150783@gmail.com Зв'язок з викладачем: відповідно до графіку консультацій.
Опис дисципліни	Дисципліна спрямована на формування у студентів навичок соціально-адаптивної поведінки у професійному середовищі через практичний тренінг, що поєднує теоретичні знання з інтерактивними методами навчання
Передумови для вивчення дисципліни	Передумовою для вивчення дисципліни є знання загальної психології, психології особистості, психології розвитку.
Мета вивчення дисципліни	Підвищити професійну компетентність студентів шляхом розвитку адаптивних умінь, саморефлексії, стресостійкості та комунікативних навичок, необхідних для ефективної діяльності в умовах змін
Формат дисципліни	Для денної форми навчання дисципліна викладається в очному форматі із застосуванням мультимедійних засобів. У разі

	дистанційного і змішаного навчання використовуються навчальна платформа Moodle Білоцерківського НАУ, онлайн-платформи Zoom, Google Meet, e-mail, мобільні додатки Viber, Telegram, Whats App. Студенти отримують індивідуальні консультації у засвоєнні навчального матеріалу.
Очікувані результати навчання	ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань. ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань. ПР10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника. ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника. ПР13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності. ПР14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості. ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.
Структура курсу	Змістовий модуль 1. Теоретико-практичні основи професійної адаптації. Тема 1. Формування міжособистісної когезії та групової ідентичності. Тема 2. Ідентифікація індивідуальних навчальних та професійних очікувань. Тема 3. Розвиток групової згуртованості та кооперативної взаємодії. Тема 4. Освоєння нормативно-організаційних та етичних основ тренінгової діяльності. Змістовий модуль 2. Психолого-педагогічні аспекти міжособистісної комунікації. Тема 5. Розвиток компетентностей активного слухання та емпатичного сприйняття інформації. Тема 6. Оптимізація вербальної та невербальної міжособистісної взаємодії. Тема 7. Моделювання професійних комунікативних ситуацій у психологічному консультуванні. Тема 8. Впровадження стратегій подолання комунікативних бар'єрів та міжособистісних перешкод. Змістовий модуль 3. Психологія конфлікту та стратегій його регуляції. Тема 9. Ідентифікація та класифікація типологій міжособистісних конфліктів. Тема 10. Опрацювання та застосування стратегій конструктивної регуляції конфліктних ситуацій. Тема 11. Моделювання переговорних процесів у професійній

	діяльності психолога. Тема 12. Рефлексивний аналіз особистісних стратегій поведінки у конфліктних взаємодіях. Змістовий модуль 4. Психофізіологічні та когнітивні механізми саморегуляції. Тема 13. Використання методів релаксації та аутогенного тренування для регуляції психоемоційного стану. Тема 14. Формування навичок психоемоційної саморегуляції та відновлення внутрішніх ресурсів. Тема 15. Застосування когнітивно-поведінкових та релаксаційних стратегій зниження психологічного стресу. Тема 16. Використання психотехнік для підвищення адаптивної стресостійкості в професійній діяльності. Змістовий модуль 5. Формування професійної ідентичності та самосвідомості психолога. Тема 17. Інтеграція та усвідомлення професійних ціннісних орієнтирів у контексті формування професійної ідентичності. Тема 18. Рефлексивне оцінювання особистісної та професійної компетентності. Тема 19. Аналітико-дискусійні вправи на визначення соціальної та професійної ролі психолога. Тема 20. Комплексний аналіз особистісних та професійних ресурсів і зон розвитку. Змістовий модуль 6. Методологія та технології проведення тренінгових занять. Тема 21. Усвідомлення та інтеграція професійних цінностей у професійну ідентичність психолога. Тема 22. Рефлексивне оцінювання власної професійної компетентності та розвитку самосвідомості. Тема 23. Науково обґрунтована дискусія щодо функцій та ролі психолога у соціальному контексті. Тема 24. Аналітико-рефлексивні вправи для визначення особистісних та професійних ресурсів і обмежень.
Методи навчання	У процесі викладання дисципліни застосовуються інтерактивні лекції, аналіз навчальних кейсів, тренінгові заняття, рольові ігри та дискусійні методи, що сприяють формуванню професійних компетентностей студентів. Під час лекційного курсу: слайдові презентації у програмі Microsoft Office PowerPoint, ілюстративно-роздатковий матеріал, дискусійне обговорення проблемних питань. Практичні заняття: використання презентацій, кейс-методів, рольові ігри, виконанням різних типів завдань як індивідуальних так і в підгрупах. При виконанні індивідуальних навчально-дослідних завдань (написанні есе та підготовці презентацій), а також при виконанні самостійної роботи використовується дослідницький метод із додержання вимог академічної доброчесності. Неформальна освіта: 1. Курси з психології та медицини EdEra https://ed-era.com/course/psychology-and-medicine/ 2. Подкасти про психологію: https://tykyiv.com/progresivnij/vse-pro-psikhologiiu-podkasti-iaki-

	perevernut-tvii-svit/ 3. Життєстійкість молоді https://prometheus.org.ua/course/course-v1:Prometheus+RESILIENCE101+2022_T3 4. Сам собі терапевт. Інструменти психологічної самодопомоги для ветеранів та ветеранок https://prometheus.org.ua/prometheus-free/self-therapy-tools-for-veterans/5 5. Курси з психології та медицини https://ed-era.com/course/psychology-and-medicine/ 6. Як адаптуватися на новому місці? Курс психологічної реінтеграції ВПО https://prometheus.org.ua/prometheus-free/psychological-reintegration/ 7. «Інформаційна безпека» https://prometheus.org.ua/prometheus-free 8. Протидія торгівлі людьми https://prometheus.org.ua/course/course-v1:LA_STRADA+CHT101+2023_T1
Політика	Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату. Здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Університету; відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, скласти (перескласти) екзамени, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідовувати академічну заборгованість у встановлені терміни. Активність здобувача вищої освіти. Під час навчання та виконання індивідуальних завдань творчого характеру здобувачі вищої освіти досліджують та аналізують психічні явища, виявляють активність і креативність, формують та презентують власні висновки та ідеї.
Рекомендовані джерела інформації	1. Бази́ка Є.Л. Основи організаційної психології»: курс лекцій. Одеса : ОНУ, 2023. 150 с. 2. Зливков В., Ліпінська С., Лукомська С. Сучасні тренінгові технології: інтегративний підхід. Київ.-Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2020. 210 с. 3. Колеснік М. А. Практичні аспекти вирішення проблем соціалізації особистості в сучасних умовах. Психолого-педагогічні проблеми соціалізації особистості в сучасних умовах. 2022. С. 104–105. 4. Методика проведення тренінгів з розвитку професійної компетентності андрагогів: методичні рекомендації / Баніт О. В.,

	Коваленко О. Г. Київ: ІПОД імені Івана Зязюна НАПН України, 2022. 104 с. 5.Особистісне зростання в умовах трансформації сучасного суспільства : монографія / Ред. колегія: Т. В. Коломієць, Т. Ю. Кулаковський, Г. В. Пирог; за науковою редакцією професора Л. П. Журавльової. Житомир : Вид. О. О. Євенок, 2020. 308 с
--	--