

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
«ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ»**

Кафедра педагогіки та психології управління соціальними системами імені  
акад. І.А. Зязюна

**КОМПЛЕКС НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ  
ДИСЦИПЛІНИ**

**СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ТА КАР'ЄРНОГО  
УСПІХУ**

рівень вищої освіти третій (освітньо-науковий)  
перший (бакалаврський) / другий (магістерський) / третій (освітньо-  
науковий)

галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

спеціальність 053 Психологія

освітня програма Психологія

вид дисципліни спеціальна (фахова) підготовка, обов'язкова  
(загальна підготовка / професійна підготовка; обов'язкова/вибіркова)

форма навчання очна, заочна

Харків – 2024 рік

## Навчально-методичні матеріали лекцій

### План лекційних занять

Тема	Кількість годин
Тема 1. Особистість та навколишній світ. Самовиховання особистості як шлях формування професійної майстерності. Життєві стратегії та позиції лідерів.	1
Тема 2. Техніки саморегуляції психофізичного та емоційного стану особистості.	1
Тема 3. Тайм-менеджмент як елемент самовдосконалення особистості та лідерської позиції особистості.	2
Тема 4. Розвиток творчих здібностей особистості та їх роль в житті людини.	1
Тема 5. Розвиток крос-культурної компетентності як елемент самовдосконалення та лідерської позиції особистості в професійній діяльності.	2
Тема 6. Кар'єрний успіх, його складові, технології розвитку.	2
Тема 7. Професійне та кар'єрне покликання. Життєвий та енергетичний баланс особистості	2
Тема 8. Навички успішної кар'єри. Правила успішної людини.	1
Тема 9. Вплив стереотипів на професійно-кар'єрне становлення.	1
Тема 10. Формування та представлення професійного портрету.	2

Тема1. Особистість та навколишній світ. Самовиховання особистості як шлях формування професійної майстерності. Життєві стратегії та позиції лідерів.

Стратегії подолання особистістю викликів життя як фактор самовдосконалення. Основні теоретичні положення самовдосконалення особистості. Життєві стратегії як підґрунтя лідерської позиції у житті. Професійна майстерність. Шляхи побудови стратегії самовдосконалення та лідерської позиції в професійній діяльності для підвищення професійної кваліфікації й професійної мобільності.

Рекомендована література:

1. Романовський О. Г., Ігнатюк О. А. Вимоги ринку праці та ключові тенденції формування “якісного” майбутнього фахівця другого та третього рівнів підготовки спеціальності 011 “Освітні, педагогічні науки”. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 1. С. 3–16.

2. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

3. S. Radu, N. Plias, O. Romanovskiyy, O. Ponomaryov, T. Hura, S. Reznik Leadership and education, science and business management efficiency // Monograph, Petroshany, 2020, p.210. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/723030/2/Leadership%20and%20educ%20.%20Radu%20%20S.%20s.a.%20ENG..pdf>

4. Психологія управління: навчально-методичний посібник для студентів усіх форм навчання / О.Г. Романовський, Л.М. Грень, В.Є. Михайличенко, В.М. Кобець – Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2023. – 52 с.

5. Проблеми саморозвитку особистості в сучасному українському соціумі : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (21 берез. 2019 р.) / НЮУ ім. Ярослава Мудрого. – Харків : Право, 2019. – 126 с.

6. Грищенко С.В. Самовдосконалення особистості: монографія. Під науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 188 с.

7. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Волянчук, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.

Тема 2. Техніки саморегуляції психофізичного та емоційного стану особистості.

Поняття про саморегуляцію. Роль психосоматики в нашому житті. Техніки саморегуляції психофізичного та емоційного стану особистості. Переосмислення, планування та реалізація стратегії успішного життя та ментального здоров'я.

Рекомендована література:

1. Гриньова М. В., Кононова М. М. Саморегуляція навчальної діяльності та професійний розвиток студентської молоді : монографія. Полтава : Астроя, 2021. 384 с.

2. Грищенко С.В. Самовдосконалення особистості: монографія. Під

науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 188 с.

3. Romanovskiy O.G. Professional should be the leader / O.G. Romanovskiy, O.S. Ponomaryov, O.V. Kvasnyk, V.V. Shapolova, S.M. Reznik // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №3. — С. 73-83. doi: 10.20998/2078-7782.2020.3.08

Тема 3. Тайм-менеджмент як елемент самовдосконалення особистості та лідерської позиції особистості.

Тайм-менеджмент як елемент самовдосконалення особистості в різних сферах життя. Технології тайм-менеджменту особистості в сучасному світі.

Рекомендована література:

1. Romanovs'kyj O. Correlation between self-assessment and self-confidence of students of technical institutions of higher education and methods of their activation / O.Romanovs'kyj, T. Hura, V.Mykhailychenko // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №4. — С. 31-37. doi: 10.20998/2078-7782.2020.4.04

2. Romanovskiy O.G. Professional should be the leader / O.G. Romanovskiy, O.S. Ponomaryov, O.V. Kvasnyk, V.V. Shapolova, S.M. Reznik // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №3. — С. 73-83. doi: 10.20998/2078-7782.2020.3.08

3. S. Radu, N. Ilias, O. Romanovskiy, O. Ponomaryov, T. Hura, S. Reznik Leadership and education, science and business management efficiency // Monograph, Petroshtany, 2020, p.210. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/723030/2/Leadership%20and%20educ%20.%20Radu%20%20S.%20s.a.%20ENG..pdf>

4. Психологія управління: навчально-методичний посібник для студентів усіх форм навчання / О.Г. Романовський, Л.М. Грень, В.Є. Михайличенко, В.М. Кобець – Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2023. – 52 с.

Тема 4. Розвиток творчих здібностей особистості та їх роль в житті людини.

Творчі здібності та самовдосконалення особистості. Роль творчості в процесі створення інноваційних проєктів в професійному житті. Практичні кроки на шляху до визначення своїх професійних можливостей: творчий аспект.

Рекомендована література:

1. Романовський О. Г., Ігнатюк О. А. Вимоги ринку праці та ключові тенденції формування “якісного” майбутнього фахівця другого та третього рівнів підготовки спеціальності 011 “Освітні, педагогічні науки”. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 1. С. 3–16.

2. Проблеми саморозвитку особистості в сучасному українському соціумі : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (21 берез. 2019 р.) / НЮУ ім. Ярослава Мудрого. – Харків : Право, 2019. – 126 с.

3. Грищенко С.В. Самовдосконалення особистості: монографія. Під науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 188 с.

4. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Волянчук, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.

Тема 5. Розвиток крос-культурної компетентності як елемент самовдосконалення та лідерської позиції особистості в професійній діяльності.

Відпрацювання комунікативних технік на різних етапах комунікативного процесу: крос-культурний аспект. Лідер та команда в крос-культурному середовищі: аналіз реальних життєвих прикладів.

Рекомендована література:

1. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Воляннюк, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.

2. Левадна К. Ю. Педагогічні умови формування крос-культурної компетентності майбутніх менеджерів готельного бізнесу. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2021.

3. Психологія управління: навчально-методичний посібник для студентів усіх форм навчання / О.Г. Романовський, Л.М. Грень, В.Є. Михайличенко, В.М. Кобець – Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2023. – 52 с.

Тема 6. Кар'єрний успіх, його складові, технології розвитку.

Етапи, типи, цілі кар'єри. Основні теоретичні положення щодо складових кар'єрного успіху. Формування кар'єрних цілей. Аналіз кар'єрних цілей. SMART технологія постановки цілей. Стратегії постановки цілей.

Рекомендована література:

1. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар'єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>

2. Гура Н.А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.:

Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. № 2-3 (17). С. 35-47.

3. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

4. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

5. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

6. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

7. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна психологія. Економічна психологія, (1(25), 2022, 102-108. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.11>

Тема 7. Професійне та кар'єрне покликання. Життєвий та енергетичний баланс особистості

Складові покликання. Сучасні технології визначення професійного та кар'єрного покликання. Життєвий баланс. Енергетичні ресурси. Перешкоди на шляху кар'єрного успіху.

Рекомендована література:

1. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар'єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>

2. Гура Н.А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку

та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. No 2-3 (17). С. 35-47.

3. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

4. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

5. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

6. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

7. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна психологія. Економічна психологія, (1(25), 2022, 102-108. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.11>

Тема 8. Навички успішної кар'єри. Правила успішної людини.

Soft Skills (соціальні навички) успішної кар'єри. Hard Skills (професійні навички) успішної кар'єри. SWOT аналіз. Моделі успішної поведінки. Стан щастя як складова успішності. Психологічні чинники щастя.

Рекомендована література:

1. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар'єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>



2. Гура Н.А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. No 2-3 (17). С. 35-47.

3. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

4. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

5. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

6. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

7. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна психологія. Економічна психологія, (1(25), 2022, 102-108. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.11>

Тема 9. Вплив стереотипів на професійно-кар'єрне становлення.

Стереотипи щодо професій. Методи подолання стереотипів. Розвиток критичного мислення та вдосконалення своїх аналітичних здібностей.

Рекомендована література:

1. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар'єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>

2. Гура Н.А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. № 2-3 (17). С. 35-47.

3. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

4. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

5. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

6. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

7. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна психологія. Економічна психологія, (1(25), 2022, 102-108. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.11>

Тема 10. Формування та представлення професійного портрету.

Розвиток знань та навичок, необхідних для кар'єрного успіху щодо представлення себе в соцмережах.

Рекомендована література:

1. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар'єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>

2. Гура Н.А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. No 2-3 (17). С. 35-47.

3. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

4. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

5. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

6. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

7. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна психологія. Економічна психологія, (1(25), 2022, 102-108.  
<https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.11>

### **Методичні матеріали, що забезпечують самостійну роботу аспірантів**

Самостійна робота аспірантів (СР) займає провідне місце у системі сучасної вищої освіти. З усіх видів навчальної діяльності СР значною мірою забезпечує формування самостійності як провідної риси особистості аспіранта.

Самостійна робота завершує завдання усіх інших видів навчальної діяльності. Адже знання, що не стали об'єктом власної діяльності, не можуть вважатися дійсним надбанням людини. Тому СР має навчальне, особисте та суспільне значення.

Навчальна діяльність характеризується суб'єктністю, активністю, предметністю, цілеспрямованістю, наявністю структури та змісту.

Особливими ознаками самостійної навчальної діяльності є такі:

- зміни самого суб'єкта;
- залежність від рівня розвитку здобувача та опора на досягнутий рівень розвитку;
- засвоєння загальних способів дій та наукових понять;
- передумання загальних засобів дій вирішенню завдань;
- залежність змін психічних властивостей та поведінки тих, хто навчається, від результатів їх власних дій.

*Виконання самостійної роботи передбачає:*

1. Опрацювання навчальної літератури за допомогою бібліотеки університету, мережі Інтернет.
  2. Вивчення навчального матеріалу, який дається для самостійної роботи.
  3. Засвоєння знань, видів та способів діяльності в конкретній предметній галузі.
  4. Самоперевірка засвоєних знань за допомогою представлених питань.
- За необхідності можна отримати індивідуальну консультацію викладача щодо виконання самостійної роботи. Для цього на кафедрі кожного семестру розробляється графік консультацій викладачів.

#### **Завдання самостійної роботи:**

1. Етапи розвитку теорії і практики навчання дорослих у міжнародному досвіді. Розвиток теорії і практики освіти дорослих в Україні.
2. Методи самоорганізації та саморегуляції особистості.
3. Дистанційне навчання в системі безперервного розвитку особистості.
4. Безперервність як ідея, принцип навчання, якість освітнього процесу, умова становлення лідера. Історичні витоки ідеї безперервності в освіті та розвитку особистості.
5. Корпоративне навчання як підґрунтя для самовдосконалення особистості та формування лідерської позиції.
6. Теорії мотивації вітчизняних та зарубіжних авторів.
7. Кар'єрна стратегія: принципи побудови.
8. Складові професійної та кар'єрної спрямованості.
9. Ціннісний компонент кар'єрної орієнтації.
10. Вплив емоційної сфери на вибір кар'єрної спрямованості
11. Усвідомлення перешкод на шляху кар'єрного успіху.

Оцінювання виконання даних самостійних завдань: за кожне завдання можна отримати максимально 2 бали. Виконання завдань буде оцінюватися за критеріями: обґрунтованості, аргументованості, повноти відповідей на завдання, правильності, самостійності виконання.

Самостійна робота по кожній темі також включає: опрацювання та аналіз лекційного матеріалу та підготовка до практичних занять.

## Література для самопідготовки:

1. Romanovs'kyj O. Correlation between self-assessment and self-confidence of students of technical institutions of higher education and methods of their activation / O.Romanovs'kyj, T. Hura, V.Mykhailychenko // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №4. — С. 31-37. doi: 10.20998/2078-7782.2020.4.04
2. Romanovskiy O.G. Professional should be the leader / O.G. Romanovskiy, O.S. Ponomaryov, O.V. Kvasnyk, V.V. Shapolova, S.M. Reznik // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №3. — С. 73-83. doi: 10.20998/2078-7782.2020.3.08
3. Романовський О. Г., Ігнатюк О. А. Вимоги ринку праці та ключові тенденції формування “якісного” майбутнього фахівця другого та третього рівнів підготовки спеціальності 011 “Освітні, педагогічні науки”. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 1. С. 3–16.
4. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17
5. S. Radu, N. Ilias, O. Romanovskiy, O. Ponomaryov, T. Hura, S. Reznik Leadership and education, science and business management efficiency // Monograph, Petroshany, 2020, p.210. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/723030/2/Leadership%20and%20educ%20.%20Radu%20%20S.%20s.a.%20ENG..pdf>
6. Психологія управління: навчально-методичний посібник для студентів усіх форм навчання / О.Г. Романовський, Л.М. Грень, В.Є. Михайличенко, В.М. Кобець – Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2023. – 52 с.
7. Проблеми саморозвитку особистості в сучасному українському соціумі : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (21 берез. 2019 р.) / НЮУ ім. Ярослава Мудрого. – Харків : Право, 2019. – 126 с.
8. Грищенко С.В. Самовдосконалення особистості: монографія. Під науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 188 с.
9. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Волянчук, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.
9. Гриньова М. В., Кононова М. М. Саморегуляція навчальної діяльності та професійний розвиток студентської молоді : монографія. Полтава : Астрія, 2021. 384 с.

10. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар'єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>

11. Гура Н.А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. No 2-3 (17). С. 35-47.

12. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

13. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

14. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

15. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

16. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна психологія. Економічна психологія, (1(25), 2022, 102-108. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.11>

#### Додаткова література

1. Романовський О.Г., Мороз С.А., Мороз В.М., Домбровська С.М., Помаза-Пономаренко А.Л., Грень Л.М. Дистанційна освіта: аналіз думок студентів про якість, переваги і недоліки / Романовський О.Г., Мороз С.А., Мороз В.М., Домбровська С.М., Помаза-Пономаренко А.Л., Грень Л.М. // Інформаційні технології і засоби навчання, 2020, Том 79, No5, 276-295. DOI: <https://doi.org/10.33407/itlt.v79i5.3340> (Web of Science)

2. Romanovskij O. Leadership in teaching activities [Electronic resource] : educational guide / O. Romanovskij, O. Lapuzina ; National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute". – Electronic text data. – Kharkiv, 2023. – 140 p.

3. Романовський О.Г., Грень Л.М., Карлюк С.В. Психологія управління: методичні вказівки. Харків : НТУ «ХПІ». 2021. 56 с.

4. Synhaivska I., Gura N. The influence of parental factors on manufacturing organization personnel's career development. Working for the greater good : abstract book of 19th EAWOP Congress (29 May – 1 June 2019, Turin, Italy) / The European Association for Work & Organizational Psychology, 2019. P. 2060.

5. Левадна К. Ю. Педагогічні умови формування крос-культурної компетентності майбутніх менеджерів готельного бізнесу. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2021.

## Методичні рекомендації/навчально-методичні матеріали до проведення практичних занять

### План практичних занять

Тема	Кількість годин
Особистість та навколишній світ. Самовиховання особистості як шлях формування професійної майстерності. Життєві стратегії та позиції лідерів.	1
Техніки саморегуляції психофізичного та емоційного стану особистості.	1
Тайм-менеджмент як елемент самовдосконалення особистості та лідерської позиції особистості.	2
Розвиток крос-культурної компетентності як елемент самовдосконалення та лідерської позиції особистості в професійній діяльності	1
Розвиток крос-культурної компетентності як елемент самовдосконалення в професійній діяльності	2
Складові кар'єрного успіху, технології розвитку.	2
Життєве та професійне покликання. Енергетичний баланс особистості.	2
Правила успішної людини. Навички успішної кар'єри.	1
Стереотипи на шляху професійного та кар'єрного становлення.	1
Створення кар'єрного плану.	2

### Зміст та практичні завдання до занять

Тема №1. Особистість та навколишній світ. Самовиховання особистості як шлях формування професійної майстерності. Життєві стратегії та позиції лідерів.

Аналіз життєвого шляху, життєвих сценаріїв, стратегій та методів самовдосконалення відомих людей та лідерів зі світовими іменами. Робота з власними мріями, планами, ресурсами (методи арт-терапії).

Практичне заняття: аналіз життєвого шляху, життєвих сценаріїв, стратегій та методів самовдосконалення відомих людей та лідерів зі світовими іменами.

Тема №2. Техніки саморегуляції психофізичного та емоційного стану особистості.

Медитація та її вплив на мозок людини: психофізіологічний аспект.



Практичне заняття: відпрацювання технік саморегуляції психофізичного та емоційного стану особистості.

Тема №3. Тайм-менеджмент як елемент самовдосконалення особистості та лідерської позиції особистості.

Робота з власними життєвими планами в рамках чіткого дедлайну, рефлексії, критичного мислення.

Практичне заняття: робота з власними життєвими планами: створення, рефлексія, презентація.

Тема №4. Розвиток творчих здібностей особистості та їх роль в житті людини.

Хобі-стратегії, ресурси успіху та енергетичні джерела для плідної життєдіяльності через творчість. Арт-терапевтичні методи та їх роль в підвищенні професійної мобільності та визначення своїх професійних можливостей.

Практичне заняття: робота з арт-терапевтичними методами: аналіз, рефлексія.

Тема №5. Розвиток крос-культурної компетентності як елемент самовдосконалення та лідерської позиції особистості в професійній діяльності

Відпрацювання комунікативних технік на різних етапах комунікативного процесу: крос-культурний аспект. Лідер та команда в крос-культурному середовищі: аналіз реальних життєвих прикладів.

Практичне заняття: аналіз відеоматеріалів: лідер та команда в крос-культурному середовищі: аналіз реальних життєвих прикладів.

Тема №6. Складові кар'єрного успіху, технології розвитку. Робота, кар'єра, покликання (спільне та відмінне). Етапи, типи, цілі кар'єри. Правила успішної людини. SMART технологія постановки цілей.

Практичне заняття: аналіз складових кар'єрного успіху, технології розвитку.

Тема №7. Життєве та професійне покликання. Енергетичний баланс особистості.

Складові покликання. Трансформаційна гра «Призначення» як сучасний засіб визначення професійного та кар'єрного покликання. Життєвий баланс, коло балансу. Енергетичні ресурси.

Практичне заняття: аналіз життєвого та професійного покликання. Енергетичний баланс особистості.

Тема №8. Правила успішної людини. Навички успішної кар'єри. Моделі успішної поведінки. Особливості успішності особистості. Soft Skills та Hard Skills. SWOT аналіз. Особливості формування емоційної сфери особистості як складової успішності.

Практичне заняття: аналіз правил успішної людини, навичок успішної кар'єри.

Тема №9. Стереотипи на шляху професійного та кар'єрного становлення.

Вплив стереотипів на вибір професії. Методи подолання стереотипів. Значення та роль критичного мислення. Шляхи вдосконалення своїх аналітичних здібностей.

Практичне заняття: аналіз стереотипів на шляху професійного та кар'єрного становлення, аналіз відеоматеріалів.

Тема №10. Створення кар'єрного плану.

Планування кар'єри з урахуванням результатів SWOT аналізу, SMART технології. Представлення в соцмережах свого професійного портрету.

Практичне заняття: аналіз створення кар'єрного плану.

Кожне з практичних завдань оцінюється максимальною кількістю балів – 2, оцінюється за критеріями: обґрунтованості, аргументованості, повноти відповідей на завдання, правильності, самостійності виконання. У випадку відсутності аспіранта на практичному занятті за поважних причин, він має можливість виконати завдання самостійно.

Рекомендовані джерела:

1. Romanovs'kyj O. Correlation between self-assessment and self-confidence of students of technical institutions of higher education and methods of their activation / O.Romanovs'kyj, T. Hura, V.Mykhailychenko // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №4. — С. 31-37. doi: 10.20998/2078-7782.2020.4.04

2. Romanovskiy O.G. Professional should be the leader / O.G. Romanovskiy, O.S. Ponomaryov, O.V. Kvasnyk, V.V. Shapolova, S.M. Reznik // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №3. — С. 73-83. doi: 10.20998/2078-7782.2020.3.08

3. Романовський О. Г., Ігнатюк О. А. Вимоги ринку праці та ключові тенденції формування “якісного” майбутнього фахівця другого та третього

рівнів підготовки спеціальності 011 “Освітні, педагогічні науки”. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 1. С. 3–16.

4. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

5. S. Radu, N. Ilias, O. Romanovski, O. Ponomaryov, T. Hura, S. Reznik Leadership and education, science and business management efficiency // Monograph, Petroshany, 2020, p.210. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/723030/2/Leadership%20and%20educ%20.%20Radu%20%20S.%20s.a.%20ENG..pdf>

6. Психологія управління: навчально-методичний посібник для студентів усіх форм навчання / О.Г. Романовський, Л.М. Грень, В.Є. Михайличенко, В.М. Кобець – Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2023. – 52 с.

7. Проблеми саморозвитку особистості в сучасному українському соціумі : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (21 берез. 2019 р.) / НЮУ ім. Ярослава Мудрого. – Харків : Право, 2019. – 126 с.

8. Грищенко С.В. Самовдосконалення особистості: монографія. Під науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 188 с.

9. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Волянчук, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.

9. Гриньова М. В., Кононова М. М. Саморегуляція навчальної діяльності та професійний розвиток студентської молоді : монографія. Полтава : Астрія, 2021. 384 с.

10. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар’єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>

11. Гура Н.А. Задоволеність кар’єрою як фактор кар’єрного розвитку та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. № 2-3 (17). С. 35-47.

12. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар’єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

13. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар’єра та психологічне здоров’я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

14. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

15. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

16. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна психологія. Економічна психологія, (1(25), 2022, 102-108. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.11>

#### Додаткова література

1. Романовський О.Г., Мороз С.А., Мороз В.М., Домбровська С.М., Помаза-Пономаренко А.Л., Грень Л.М. Дистанційна освіта: аналіз думок студентів про якість, переваги і недоліки / Романовський О.Г., Мороз С.А., Мороз В.М., Домбровська С.М., Помаза-Пономаренко А.Л., Грень Л.М. // Інформаційні технології і засоби навчання, 2020, Том 79, No5, 276-295. DOI: <https://doi.org/10.33407/itlt.v79i5.3340> (Web of Science)

2. Romanovskij O. Leadership in teaching activities [Electronic resource] : educational guide / O. Romanovskij, O. Lapuzina ; National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute". – Electronic text data. – Kharkiv, 2023. – 140 p.

3. Романовський О.Г., Грень Л.М., Карлюк С.В. Психологія управління: методичні вказівки. Харків : НТУ «ХПІ». 2021. 56 с.

4. Synhaivska I., Gura N. The influence of parental factors on manufacturing organization personnel's career development. Working for the greater good : abstract book of 19th EAWOP Congress (29 May – 1 June 2019, Turin, Italy) / The European Association for Work & Organizational Psychology, 2019. P. 2060.

5. Левадна К. Ю. Педагогічні умови формування крос-культурної компетентності майбутніх менеджерів готельного бізнесу. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2021.

## Навчально-методичні матеріали для поточного й підсумкового контролю

### Організація процедури оцінювання

Підсумкова оцінка по дисципліні вираховується як сума балів поточного та підсумкового контролю.

**Поточний контроль** включає оцінювання:

- активності під час аудиторних занять
- виконання завдань самостійної роботи
- виконання практичних завдань
- поточного тестування засвоєння матеріалу дисципліни.

**Підсумковий контроль** проводиться у формі заліку, який передбачає усну відповідь по питання. Після вислуховування всіх відповідей аспірантів оголошуються оцінки за залік та підсумкова оцінка по дисципліні. Підсумкова оцінка вносяться у Відомість обліку успішності. Відомість передається в аспірантуру у день проведення заліку.

Здобувач, який не погоджується з оцінкою, отриманою під час підсумкового контролю, має право звернутися до апеляційної комісії у день оголошення результатів оцінювання. Апеляція має бути розглянута на засіданні апеляційної комісії не пізніше наступного дня після її подання. Здобувач, який подав апеляцію, має право бути присутнім при розгляді своєї заяви. Апеляційна комісія створюється розпорядженням директора інституту.

Докладно процес апеляції описаний у Положенні про організацію освітнього процесу в Національному технічному університеті «Харківський політехнічний інститут» ([https://blogs.kpi.kharkov.ua/v2/nv/wp-content/uploads/sites/43/2024/01/Polozhennya\\_pro\\_organizatsiyu\\_osvitnogo\\_protsoesu\\_29\\_11\\_2023.pdf](https://blogs.kpi.kharkov.ua/v2/nv/wp-content/uploads/sites/43/2024/01/Polozhennya_pro_organizatsiyu_osvitnogo_protsoesu_29_11_2023.pdf)).

Підсумкова оцінка по дисципліні розраховується як сума балів:

Види діяльності	Бали
<b>Тема 1</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: аналіз життєвого шляху, життєвих сценаріїв, стратегій та методів самовдосконалення відомих людей та лідерів зі світовими іменами.	2
Самостійна робота: етапи розвитку теорії і практики навчання дорослих у міжнародному досвіді. Розвиток теорії і практики освіти дорослих в Україні.	2
<b>Тема 2</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: відпрацювання технік саморегуляції	2

психофізичного та емоційного стану особистості.	
Самостійна робота: методи самоорганізації та саморегуляції особистості.	2
<b>Тема 3</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: робота з власними життєвими планами: створення, рефлексія, презентація.	2
Самостійна робота: дистанційне навчання в системі безперервного розвитку особистості.	2
<b>Тема 4</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: робота з арт-терапевтичними методами: аналіз, рефлексія.	2
Самостійна робота: безперервність як ідея, принцип навчання, якість освітнього процесу, умова становлення лідера. Історичні витоки ідеї безперервності в освіті та розвитку особистості.	2
<b>Тема 5</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: аналіз відеоматеріалів: лідер та команда в крос-культурному середовищі: аналіз реальних життєвих прикладів.	2
Самостійна робота: корпоративне навчання як підґрунтя для самовдосконалення особистості та формування лідерської позиції.	2
<b>Тема 6</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: аналіз складових кар'єрного успіху, технології розвитку.	2
Самостійна робота: теорії мотивації вітчизняних та зарубіжних авторів.	2
<b>Тема 7</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: аналіз життєвого та професійного покликання. Енергетичний баланс особистості.	2
Самостійна робота: кар'єрна стратегія: принципи побудови.	2
<b>Тема 8</b>	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1

Практичне заняття: аналіз правил успішної людини, навичок успішної кар'єри.	2
Самостійна робота: складові професійної та кар'єрної спрямованості.	2
Тема 9	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: аналіз стереотипів на шляху професійного та кар'єрного становлення, аналіз відеоматеріалів.	2
Самостійна робота: вплив емоційної сфери на вибір кар'єрної спрямованості	2
Тема 10	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: аналіз створення кар'єрного плану.	2
Самостійна робота: усвідомлення перешкод на шляху кар'єрного успіху.	2
Розробка індивідуальної програми самовдосконалення з розширеним описом усіх блоків, які зазначено в лекційному матеріалі.	10
Розробка проекту кар'єрного плану з урахуванням результатів SMART технологій та SWOT аналізу з можливістю представлення в соцмережах.	10
Поточне опитування щодо результатів опрацювання лекційного матеріалу.	10
Підсумковий контроль: залік	20
Всього	100

Докладний зміст завдань самостійної роботи та практичних завдань на заняттях наведено у розділах «Методичні матеріали, що забезпечують самостійну роботу аспірантів» та «Методичні рекомендації/навчально-методичні матеріали до проведення практичних занять».

Виконання завдань під час практичних занять та самостійної роботи **оцінюється за критеріями:** обґрунтованості, аргументованості, повноти відповідей на завдання, правильності, самостійності виконання. У випадку відсутності аспіранта на практичному занятті за поважних причин, він має можливість виконати завдання самостійно.

Поточне тестування оцінюється за критеріями правильності відповідей. Для підготовки до поточного оцінювання аспіранти можуть використати контрольні питання по дисципліні, наведені нижче.

#### **Критерії оцінювання підсумкового заліку:**

<b>Критерії оцінювання</b>	<b>Бали</b>
Глибоке знання навчального матеріалу. Практичне завдання	20-18

виконано повно, з глибоким обґрунтуванням. Можуть бути незначні неточності	
Глибокий рівень знань в обсязі обов'язкового матеріалу. Практичне завдання виконано повно, з глибоким обґрунтуванням. Відповіді можуть містити певні неточності	17-15
Міцні знання матеріалу, що вивчається, та його практичного застосування. Відповіді можуть бути неповними, з незначними помилками	14-12
Знання основних фундаментальних положень. Відповіді містять деякі помилки.	9-11
Знання основних фундаментальних положень матеріалу. Незнання окремих (непринципових) питань з матеріалу дисципліни	6-8
Знання та вміння фрагментарні, слабкі	3-5
Відсутність знань значної частини матеріалу	0-2

Аспіранти мають можливість підготуватись до заліку по контрольним питанням до дисципліни та практичним завданням підсумкового контролю.

### **КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ З ДИСЦИПЛІНИ:**

1. Опишіть стратегії подолання викликів життя як фактор самовдосконалення.
2. Опишіть процес усвідомлення перешкод на шляху кар'єрного успіху.
3. Розкрийте основні теоретичні положення самовдосконалення особистості.
4. Дайте визначення феномену професійна майстерність та її характеристики, критерії, фактори розвитку.
5. Опишіть узагальнюючі практичні кроки на шляху самовдосконалення особистості.
6. Опишіть кар'єрні цілі.
7. Визначте взаємозв'язок життєвих сценаріїв та лідерства у майбутньому.
8. Проаналізуйте особливості саморегуляції та умови її успішного функціонування.
9. Опишіть етапи розвитку теорії і практики навчання дорослих у міжнародному досвіді.
10. Дистанційне навчання в системі безперервного розвитку особистості: проаналізуйте плюси та мінуси.
11. Розкрийте теорії мотивації.
12. Розкрийте роль психосоматики в нашому житті.
13. Опишіть техніки саморегуляції психофізичного та емоційного стану особистості.
14. Охарактеризуйте роль лідера у команді в крос-культурному середовищі.



15. Розкрийте перешкоди на шляху кар'єрного успіху.
16. Розкрийте роль творчих здібностей для особистості в різних сферах життя.
17. Розкрийте роль арт-терапевтичних методів в підвищенні професійної мобільності та визначення своїх професійних можливостей.
18. Опишіть технології тайм-менеджменту особистості в сучасному світі.
19. Розкрийте принципи побудови кар'єрних цілей.
20. Опишіть мотиваційні фактори, систему мотивації.
21. Охарактеризуйте корпоративне крос-культурне середовище як підґрунтя для самовдосконалення особистості.
22. Розкрийте основні теоретичні положення щодо складових кар'єрного успіху.
23. Розкрийте методи самоорганізації та саморегуляції особистості.
24. Охарактеризуйте безперервність як ідею, принцип навчання, якість освітнього процесу, умову становлення людини.
25. Проаналізуйте сучасні технології розвитку особистості.
26. Дайте визначення життєвому та професійному призначенню.
27. Опишіть складові призначення.
28. Дайте визначення феномену професійна майстерність та її характеристики, критерії, фактори розвитку.
29. Проаналізуйте особливості ділових переговорів: наші сильні та слабкі сторони.
30. Опишіть процес формування кар'єрних цілей.
31. Розкрийте шляхи розвитку навичок, необхідних для кар'єрного успіху.
32. Охарактеризуйте тайм-менеджмент як елемент самовдосконалення особистості.
33. Опишіть життєві цінності.
34. Опишіть процес роботи з власними життєвими планами в рамках чіткого дедлайну, рефлексії, критичного мислення.
35. Охарактеризуйте особливості розвитку теорії і практики освіти дорослих в Україні.
36. Розкрийте історичні витоки ідеї безперервності в освіті та розвитку особистості.
37. Розкрийте типологію особистостей.
38. Визначте особливості складання індивідуального плану розвитку.
39. Надайте психологічну характеристику стану щастя особистості.
40. Опишіть лідерські життєві стратегії.
41. Дайте загальну характеристику енергетичним ресурсам особистості.
42. Опишіть етапи розвитку теорії і практики навчання дорослих у міжнародному досвіді.
43. Охарактеризуйте шляхи побудови стратегії самовдосконалення в професійній діяльності щодо розвитку комунікативної компетентності.

**Перелік контрольних практичних завдань для заліку:**

## 1. Практичне завдання

1. Аналіз публічних виступів відомих людей та шляху їх саморозвитку, лідерських позицій та кар'єрного успіху:

Стів Джобс, виступ перед випускниками Стенфордського університету, 12 червня 2005 року.

Джефф Безос, промова для випускників Принстонського університету, 30 травня 2010 року

Джим Керрі, промова для випускників Університету Махаріші, травень 2014 року

Хелен Міррен, виступ перед випускниками Тулейнського університету, 20 травня 2017 року

Промова Йосипа Бродського, проголошена перед випускниками університету Мічігану в Анн Арборі в 1988 році.

Промова Марка Цукерберга випускникам Гарварду

Промова Джоан Роулінг перед випускниками Гарварду

Ніл Гейман випускникам Університету мистецтв Філадельфії, 2012 рік

Джон Ф. Кеннеді випускникам Американського Університету, 1963 рік

Еллен Дедженерес випускникам Університету Тулейна, 2009 рік

Шеріл Сендберг випускникам Гарвардської Школи Бізнесу, 2012 рік

Промова Стіва Джобса перед смертю

Опра Уїнфрі випускникам Стенфордського Університету, 2008

Стівен Спілберг, кінорежисер - Промова перед випускниками Гарварду, 2016 р.

Вупі Голдберг, актриса – Промова перед випускниками Коледжу мистецтв та дизайну Саванни, 2011

Промова Тіма Кука перед випускниками МІТ

Промова Ілона Маска перед випускниками Каліфорнійського технічного університету

Білл Гейтс випускникам Гарварду 2007

Крістофер Нолан перед випускниками Принстона

Дональд Трамп – виступ із промовою перед випускниками Liberty University

Мінді Калінг промова перед випускниками Гарварду

Хілларі Клінтон з промовою пере випускниками Liberty University

Ховард Шульц із промовою перед випускниками університетуШтату  
Арізона

Роберт Де Ніро, актор: "Випускники Tisch (школа мистецтв Нью-  
Йоркського університету)

Меттью Макконахі з промовою перед випускниками (про двохвовків)

Ерік Шмідт, голова ради директорів Google з промовою перед  
випускниками.

## **2. Практичне завдання**

Аналіз сучасних методів гармонізації та саморегуляції психофізичного  
та емоційного стану особистості.

## **3. Практичне завдання**

Аналіз теорії Девіда Сйбромсона «30 хвилин».

## **4. Практичне завдання**

Підбір відеоматеріалів з прикладами успішних та неуспішних  
комунікацій в професійному просторі лідера. Аналіз переговорних процесів у  
світовому кінематографі.

## **5. Практичне завдання**

Розробка індивідуальної програми самовдосконалення з  
розширеним описом усіх блоків, які зазначено в лекційному  
матеріалі.

## **6. Практичне завдання**

Розвиток здібностей, необхідних для успішності (відповідні вправи та  
тренінги), критичного мислення та навичок самоаналізу.

## **7. Практичне завдання**

Визначення свого покликання, енергетичних ресурсів, своїх  
професійно-кар'єрних цілей (за SMART) технологією. Формулювання та  
аналіз.

## **8. Практичне завдання**

Аналіз характеристик успішних та неуспішних особистостей. Визначення та аналіз особистісного рівня щастя (за відповідними методиками).

Визначення своїх сильних та слабких сторін (Hard, Soft skills) та можливостей (за SWOT аналізом). Оцінка власних кар'єрних можливостей і шляхів їх розвитку.

### **9. Практичне завдання**

Аналіз правильних та неправильних профілів в соцмережах. Створення власного «Портрету професіонала».

Створення власного профілю в інтернеті відповідно до розглянутих вимог.

### **10. Практичне завдання**

Розробка проекту кар'єрного плану з урахуванням SMARTтехнологій та SWOT аналізу.

### **Матеріали для підготовки:**

#### **Основна література**

1. Romanovs'kyj O. Correlation between self-assessment and self-confidence of students of technical institutions of higher education and methods of their activation / O.Romanovs'kyj, T. Hura, V.Mykhailychenko // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №4. — С. 31-37. doi: 10.20998/2078-7782.2020.4.04

2. Romanovskiy O.G. Professional should be the leader / O.G. Romanovskiy, O.S. Ponomaryov, O.V. Kvasnyk, V.V. Shapolova, S.M. Reznik // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХП», 2020. — №3. — С. 73-83. doi: 10.20998/2078-7782.2020.3.08

3. Романовський О. Г., Ігнатюк О. А. Вимоги ринку праці та ключові тенденції формування “якісного” майбутнього фахівця другого та третього рівнів підготовки спеціальності 011 “Освітні, педагогічні науки”. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 1. С. 3–16.

4. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

5. S. Radu, N. Ilias, O. Romanovski, O. Ponomaryov, T. Hura, S. Reznik Leadership and education, science and business management efficiency // Monograph, Petroshany, 2020, p.210. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/723030/2/Leadership%20and%20educ%20.%20Radu%20%20S.%20s.a.%20ENG..pdf>

6. Психологія управління: навчально-методичний посібник для студентів усіх форм навчання / О.Г. Романовський, Л.М. Грень, В.Є. Михайличенко, В.М. Кобець – Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2023. – 52 с.

7. Проблеми саморозвитку особистості в сучасному українському соціумі : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (21 берез. 2019 р.) / НЮУ ім. Ярослава Мудрого. – Харків : Право, 2019. – 126 с.

8. Грищенко С.В. Самовдосконалення особистості: монографія. Під науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 188 с.

9. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Волянчук, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев ; КПП ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПП ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.

9. Гриньова М. В., Кононова М. М. Саморегуляція навчальної діяльності та професійний розвиток студентської молоді : монографія. Полтава : Астроя, 2021. 384 с.

10. Балева, Т., Васильєва, О. (2023). Теоретичний аналіз кар'єри в психологічних джерелах. Collection of Scientific Papers «SCIENTIA», (October 6, 2023; Valencia, Spain), 72–74. Retrieved from <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1235>

11. Гура Н.А. Задоволеність кар'єрою як фактор кар'єрного розвитку та соціально-професійної мобільності. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019.: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. No 2-3 (17). С. 35-47.

12. Канівець Т.М., Фесун Г.С. (2019) Зміст, структура та чинники розвитку психологічної готовності студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри. Актуальні проблеми психології, 1 (51), 3-9

13. Карамушка, Л.М., Карамушка Т.В. (2019) Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу» Організаційна психологія. Економічна психологія. 4(18), 36-45

14. Коломієць Л.І., Макарук Л.Ю. Психологічні особливості кар'єрного зростання молодих фахівців, Габітус, Психологія особистості, 2022.41.24

15. Романовський О. Г., Штученко І. Є., Татієвська М. М., Вракіна В. В. Психологічні чинники формування стану щастя особистості під час воєнного стану. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 3. С. 4–17

16. Тиченко, М. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. Організаційна

### Додаткова література

1. Романовський О.Г., Мороз С.А., Мороз В.М., Домбровська С.М., Помаза-Пономаренко А.Л., Грень Л.М. Дистанційна освіта: аналіз думок студентів про якість, переваги і недоліки / Романовський О.Г., Мороз С.А., Мороз В.М., Домбровська С.М., Помаза-Пономаренко А.Л., Грень Л.М. // Інформаційні технології засоби навчання, 2020, Том 79, No5, 276-295. DOI: <https://doi.org/10.33407/itlt.v79i5.3340> (Web of Science)

2. Romanovskij O. Leadership in teaching activities [Electronic resource] : educational guide / O. Romanovskij, O. Lapuzina ; National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute". – Electronic text data. – Kharkiv, 2023. – 140 p.

3. Романовський О.Г., Грень Л.М., Карлюк С.В. Психологія управління: методичні вказівки. Харків : НТУ «ХПІ». 2021. 56 с.

4. Synhaivska I., Gura N. The influence of parental factors on manufacturing organization personnel's career development. Working for the greater good : abstract book of 19th EAWOP Congress (29 May – 1 June 2019, Turin, Italy) / The European Association for Work & Organizational Psychology, 2019. P. 2060.

5. Левадна К. Ю. Педагогічні умови формування крос-культурної компетентності майбутніх менеджерів готельного бізнесу. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2021.

### Інформаційні ресурси

1. <https://zakon.rada.gov.ua>
2. <http://library.kpi.kharkov.ua/uk>
3. <https://repository.kpi.kharkov.ua/home>