



Силабус освітнього компонента
Програма навчальної дисципліни

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

Шифр та назва спеціальності
053 - Психологія

Освітньо-наукова програма
Психологія

Рівень освіти
Доктор філософії

Семестр
2

Інститут
ННІ Соціально-гуманітарних технологій

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

Тип дисципліни
Спеціальна (фахова), Обов'язкова

Мова викладання
Українська

Викладачі, розробники



Романовський Олександр Георгійович

Oleksandr.Romanovskyi@khpі.edu.ua

Член-кореспондент НАПН України, Доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами ім. акад. І. А. Зязюна НТУ «ХПІ».

Досвід роботи – 38 років. Автор понад 500 наукових та навчально-методичних праць. Провідний лектор з дисциплін: «Теорія і практика формування лідера», «Педагогічне лідерство»

Детальніше про викладача на сайті кафедри
<http://web.kpi.kharkov.ua/ppuss/uk/>



Штученко Ірина Євгенівна

Iryna.Shtuchenko@khpі.edu.ua

Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки та психології управління соціальними системами імені акад. І.А. Зязюна НТУ «ХПІ».

Досвід викладацької діяльності – 15 років. Автор понад 40 наукових та науково-методичних праць. Автор, ведуча тренінгів, трансформаційних ігор у напрямку розвитку кар'єрного успіху. Провідний лектор з дисциплін: «Загальна психологія. Практикум із загальної психології», «Загальна психологія. Психологія особистості», «Експериментальна психологія», «Теорія та практика психотерапії», «Основи психологічного консультування»

Детальніше про викладача на сайті кафедри
<http://web.kpi.kharkov.ua/ppuss/uk/>

Загальна інформація

Анотація

Дисципліна спрямована на оволодіння теоретичних основ та відпрацювання практичних навичок самовдосконалення особистості, лідерської позиції у житті, формування уявлень щодо сучасних технологій самовдосконалення особистості протягом усього життя, щодо знань складових кар'єрного успіху.

Мета та цілі дисципліни

Виробити у аспіранта теоретичні уявлення та компетентності щодо успішного, ефективного та комфортного процесу самовдосконалення особистості та чіткої лідерської позиції протягом усього життя, володіння технологіями самовдосконалення особистості протягом усього життя, оволодіння знаннями щодо складових кар'єрного успіху.

Формат занять

Лекції, практичні заняття, консультації. Підсумковий контроль – залік.

Компетентності

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

СК2. Здатність планувати та виконувати оригінальні дослідження, досягати наукових результатів, які створюють нові знання у психології та дотичних до неї міждисциплінарних напрямках, та забезпечувати якість виконуваних досліджень.

СК3. Здатність ініціювати, розробляти і реалізовувати комплексні інноваційні проекти в сфері психології та дотичні до неї міждисциплінарні проекти, лідерство та відповідальність під час їх реалізації; забезпечувати дотримання прав інтелектуальної власності.

СК5. Здатність оцінювати рівень власної фахової компетентності, саморозвиватися і самовдосконалюватися протягом життя, підвищувати професійну кваліфікацію, бути професійно мобільним.

СК8. Здатність аналізувати, оцінювати особистісно-професійний розвиток особистості та створювати психологічні умови для підтримки та супроводу особистості фахівця протягом усіх етапів професіоналізації

Результати навчання

РН7. Розробляти та реалізовувати наукові та/або інноваційні проекти у сфері психології, які дають можливість переосмислити наявне та створити нове цілісне знання та/або професійну практику і розв'язувати значущі наукові та прикладні проблеми психології з урахуванням соціальних, економічних, етичних і правових аспектів.

РН8. Визначати свої професійні можливості та завдання підвищення професійної кваліфікації й професійної мобільності.

РН11. Здійснювати психологічний супровід професіоналізації особистості фахівця та уміння впроваджувати програми кар'єрного успіху та реалізації із використанням сучасних психотехнологій

Обсяг дисципліни

Загальний обсяг дисципліни 90 год.: лекції – 15 год., практичні заняття – 15 год., самостійна робота – 60 год.

Передумови вивчення дисципліни (пререквізити)

Для успішного проходження курсу необхідно мати знання та практичні навички з наступних дисциплін: «Педагогіка і психологія вищої освіти з методикою викладання», «Інформаційні-комунікаційні технології для наукового пошуку у психології».

Особливості дисципліни, методи та технології навчання

Лекції проводяться інтерактивно з використанням мультимедійних технологій. На лекційних та семінарських заняттях використовуються наступні методи та технології: наочні (ілюстрація практичними прикладами); практичні (проведення методик); ігрові (ділові ігри); проблемні (кейси); інтерактивні (виступи-презентації); самостійні (творчі завдання), опрацювання літератури); тренінгові (рефлексія, обговорення), метод проектів. Для цього вони використовують персональні комп'ютери.

Здобувач вважається допущеним до семестрового іспиту з освітнього компоненту за умови повного відпрацювання всіх практичних занять та завдань самостійної роботи

Програма навчальної дисципліни

Теми лекційних занять

Тема 1. 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.

Тема 2. Техніки саморегуляції психо-фізичного та емоційного стану особистості.

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

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.

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

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

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

Поняття та сутність крос-культурної компетентності. Іншомовний простір. Ділові переговори: наші сильні та слабкі сторони. Ефективна комунікація в професійному житті.

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.

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.

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.

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

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

Тема 10. Формування та представлення професійного портрету.

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

Теми практичних 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).

Тема 2. Техніки саморегуляції психо-фізичного та емоційного стану особистості.

Медитація та її вплив на мозок людини: психо-фізіологічний аспект.

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

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

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.

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 сапект. 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 відмінності). Етапи, типи, цілі кар'єри. Правила успішної людини. SMART технологія постановки цілей.

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.

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 сфера особистості, як складової успішності.

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.

Тема 10. Створення кар'єрного плану.

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

Теми лабораторних робіт

Лабораторні роботи в рамках дисципліни не передбачені.

Самостійна робота

Самостійна робота здобувача полягає у опрацюванні лекційного матеріалу, підготовці до практичних занять. Здобувачам також рекомендуються додаткові матеріали (відео, статті,

підручники) для самостійного вивчення та аналізу, підготовки до лекційних та практичних занять.

Тематика самостійних робіт
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.

Література та навчальні матеріали

1. Romanovskiy O. Correlation between self-assessment and self-confidence of students of technical institutions of higher education and methods of their activation / O.Romanovskiy, T. Hura, V.Mukhailychenko // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія : щоквартальний науково-практичний журнал. – Х.: НТУ «ХПІ», 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 «ХПІ», 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. Pias, 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.

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

11. 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>

12. 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.

13. 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

14. 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

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

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 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.

Система оцінювання

Критерії оцінювання успішності аспіранта та розподіл балів

Підсумкова оцінка розраховується як сума балів:

Види діяльності	Бали
Тема 1	
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: розкриття основних проблем та помилок на шляху самовдосконалення та створення лідерської позиції у житті	2
Тема 2	
Аудиторна робота: активність на заняттях, у процесі бесід, дискусій, обговорення практично-орієнтованих питань	1
Практичне заняття: відпрацювання технік саморегуляції психо-фізичного та емоційного стану особистості.	2
Самостійна робота: розробка афірмацій для самовдосконалення особистості в різних життєвих сферах	2
Тема 3	
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: аналіз відомих технік тайм-менеджменту: сильні та слабкі сторони.	2
Тема 4	
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: арт-терапія в сучасному світі: новітні погляди та ідеї реалізації	2
Тема 5	
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: рекомендації щодо	2

Шкала оцінювання

Сума балів	Національна оцінка	ECTS
90–100	Відмінно	A
82–89	Добре	B
75–81	Добре	C
64–74	Задовільно	D
60–63	Задовільно	E
35–59	Незадовільно (потрібне додаткове вивчення)	FX
1–34	Незадовільно (потрібне повторне вивчення)	F

Критерії оцінювання підсумкового екзамену:

Критерії оцінювання	Бали
Глибоке знання навчального матеріалу. Практичне завдання виконано повно, з глибоким обґрунтуванням. Можуть бути незначні неточності	20-18
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 не повними, 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

адаптації в крос-культурному середовищі	
Тема 6	
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
Тема 7	
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
Тема 8	
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	10

опрацювання лекційного матеріалу	
Підсумковий контроль: залік	20
Всього	100

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.

Підсумкова форма оцінювання – залік. Проводиться за допомогою відповідей на питання.

Норми академічної етики і політика курсу

Аспірант повинен дотримуватися «Кодексу етики академічних взаємовідносин та доброчесності НТУ «ХПІ»»: виявляти дисциплінованість, вихованість, доброзичливість, чесність, відповідальність. Конфліктні ситуації повинні відкрито обговорюватися в навчальних групах з викладачем, а при нерозв'язності конфлікту доводиться до співробітників відділу аспірантури.

Нормативно-правове забезпечення впровадження принципів академічної доброчесності НТУ «ХПІ» розміщено на сайті: <http://blogs.kpi.kharkov.ua/v2/nv/akademichna-dobrochesnist/>

Погодження

Силабус погоджено

Дата погодження, підпис
12.06.2024

Завідувач кафедри
Ніна ПІДБУЦЬКА

Дата погодження, підпис
12.06.2024

Гарант ОНП
Ніна ПІДБУЦЬКА