

**Державний професійно-технічний навчальний заклад
«Чернігівське вище професійне училище побутового обслуговування»**

ЗАТВЕРДЖУЮ

**В.о. директора ДПТНЗ «Чернігівське
вище професійне училище
побутового обслуговування»**

Вікторія МАЛОФЕЄНКО
«28» серпня 2025 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

«Основи психології»

Освітньо-професійна програма: «Технології легкої промисловості»

Галузь знань: G Інженерія, виробництво та будівництво

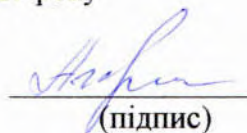
Спеціальність: G15 Технології легкої промисловості

Робоча програма навчальної дисципліни складена на підставі ОПП «Технології легкої промисловості»

Розглянуто та погоджено на засіданні циклової комісії «Суспільних та соціально-економічних дисциплін»

Протокол № 1 від «27» серпня 2025 року

Голова циклової комісії


(підпис)

Наталія Астратян
(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

1. Опис навчальної дисципліни

Показник	Значення показника
Назва дисципліни	Основи психології
Характеристика навчальної дисципліни	Дисципліна, що формує спеціальні компетентності
Освітній компонент	БК 9
Кількість кредитів	
- за стандартом	1
- за ОПП (скорочений термін)	1
Кількість годин за навчальним планом:	
- Загальний обсяг	30
- Лекції	14
- Семінарські	2
- Самостійна робота	14
Метод підсумкового контролю	залік
Розподіл	
- за курсами	1 курс
- за семестрами	1 семестр

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета:

Розвивати ключові компетенції, необхідні для успішної роботи в сучасному виробничому середовищі, що включає в себе не лише технічні знання, але й емоційний інтелект, комунікаційні навички та здатність ефективно працювати в колективі.

Завдання:

- вивчення теоретичних основ ефективного спілкування з колегами та керівництвом у виробничому процесі;
- набуття умінь вирішувати конфлікти та взаємодіяти з різними особистостями;
- вивчення принципів роботи у команді та вміння сприяти позитивній груповій динаміці;
- використання теоретичних знань для ефективного планування та розподілу часу для оптимальної продуктивності;
- набуття комунікаційних навичок та управління стресами в сучасному виробничому середовищі;
- формування правильного розуміння взаємодії між людьми в робочому оточенні;
- набуття умінь швидко адаптуватися до змін у виробничих процесах.

3. Структура навчальної дисципліни

№ п/ п	Тема	Кількість годин			
		Всього годин	З них		Самостійна робота
			Лекційні заняття	Семінарські заняття	

1	Роль психології у різних сферах діяльності	3	1	-	2
1.1	Поняття предмету «психологія». Завдання і функції психології.	3	1	-	2
2	Психологія діяльності і пізнавальних процесів	12	7	-	5
2.1	Психологічні процеси та стани особистості.	5	3	-	2
2.2	Психологічні аспекти спілкування	7	4	-	3
3	Соціально-психологічні проблеми особистості	10	4	-	6
3.1	Поняття особистості в психології.	4	1	-	3
3.2	Психологічна характеристика конфлікту.	6	3	-	3
4.	Індивідуально-психологічні особливості людини.	5	2	2	1
4.1	Типи і характерні якості особистості. Індивідуальні якості особистості: типи особистості, професійні інтереси. Класифікація особистостей за типами темпераменту. Рекомендації щодо вибору професії. Фізичні, психофізіологічні та психоаналітичні типології особистості. Якості особистості, необхідні для побудови успішної кар'єри. Семінарське заняття №1: Поняття про локус контролю та кар'єрний інсайт. Професійні інтереси особистості, їх сутність. Семінарське заняття № 2 -3: Здібності і досвід особистості. Поняття про здібності особистості та їх види. Оцінка здібностей особистості. Здібності, пов'язані з досвідом та зі спадковістю.	5	2	3	-
Всього годин за курс:		30	14	3	13

4. Програма навчальної дисципліни

1. Роль психології у різних сферах діяльності

Тема 1.1 Психологія як сукупність психічних особливостей індивідуума та групи людей.

Поняття предмету «психологія». Завдання і функції психології. Розвиток психології на сучасному етапі.

Самостійна робота(2 години):

- Методологічні аспекти психології.
- Психіка. Стадії розвитку психіки.

2. Психологія діяльності і пізнавальних процесів

Тема 2.1 Психологічні процеси та стани особистості.

Психологічна характеристика діяльності. Предметний характер людської діяльності. Єдність свідомості і діяльності. Потреби як джерело активності, їх види. Будова людської діяльності. Мотивація та її вплив на результативність роботи персоналу швейного підприємства. Командна робота. Тайм-менеджмент. Базові техніки тайм-менеджменту. Адаптація на першому робочому місці. Булінг на робочому місці (мобінг)

Самостійна робота (2 години):

- Сутність та структура діяльності. Освоєння діяльності.
- Основні види діяльності.

Тема 2.2 Психологічні аспекти спілкування

Спілкування. Сутність спілкування. Функції та структура спілкування.

Технології ефективного спілкування, маніпуляції, контрманіпуляції, ненасильницьке спілкування, техніка «Я – повідомлення».

Стереотипи. Вплив стереотипів на життя людини. Стереотипи щодо професій. Подолання стереотипів. Досягнення успіху.

Самостійна робота (3 години):

- Спілкування як особистісна взаємодія.
- Спілкування як міжособистісне розуміння.
- Характеристика відносин між людьми в особистому спілкуванні.

3. Соціально-психологічні проблеми особистості

Тема 3.1 Поняття особистості в психології.

Психологічні особливості теорії поведінки особистості. Індивід, особистість, індивідуальність. Спрямованість особистості. Самосвідомість. Я-концепція особистості.

Самостійна робота (3 години):

- Поняття особистості в психології.
- Вікові кризи життя в процесі соціалізації особистості.
- Особистість у групі.

Тема 3.2. Психологічна характеристика конфлікту

Психологічна характеристика конфлікту. Теорія поведінки особистості в конфлікті. Основні моделі поведінки особистості в конфлікті. Стратегії поведінки в конфлікті. Типи конфліктних особистостей. Причини конфліктних ситуацій у виробничому колективі і способи їх розв'язання.

Самостійна робота (3 години):

- Конфлікти в сфері управління.
- Міжособистісні стосунки в групах. Методи вивчення міжособистісних стосунків.
- Лідерство.

4. Індивідуально-психологічні особливості людини.

4.1 Індивідуально-психологічні особливості людини.

Типи і характерні якості особистості. Індивідуальні якості особистості: типи особистості, професійні інтереси. Класифікація особистостей за типами темпераменту.

Рекомендації щодо вибору професії. Фізичні, психофізіологічні та психоаналітичні типології особистості. Якості особистості, необхідні для побудови успішної кар'єри.

Семінарське заняття № 1:

Поняття про локус контролю та кар'єрний інсайт. Професійні інтереси особистості, їх сутність.

Семінарське заняття №2-3:

Здібності і досвід особистості.

Поняття про здібності особистості та їх види. Оцінка здібностей особистості.

Здібності, пов'язані з досвідом та зі спадковістю

Історія розвитку вчення про темперамент.

5. Тематичний план

№ теми	Кількість годин на тему	Назва теми	Кількість годин на заняття	№ заняття	Назва теми заняття
1	2	3	4	5	6
І семестр					
1	1	Роль психології у різних сферах діяльності			
1.1	1	Поняття предмету «психологія». Завдання і функції психології	1	1	Поняття предмету «психологія». Завдання і функції психології. Розвиток психології на сучасному етапі.
2	7	Психологія діяльності і пізнавальних процесів			
2.1	3	Психологічні процеси та стани особистості	1	2	Психологічна характеристика діяльності. Предметний характер людської діяльності. Єдність свідомості і діяльності. Потреби як джерело активності, їх види. Будова людської діяльності. Мотивація та її вплив на результативність роботи персоналу швейного підприємства.
			1	3	Командна робота. Тайм-менеджмент. Базові техніки тайм-менеджменту.
			1	4	Адаптація на першому робочому місці. Булінг на робочому місці (мобінг)
2.2	4	Психологічні аспекти спілкування	1	5	Спілкування. Сутність спілкування. Функції та структура спілкування.
			2	6-7	Технології ефективного спілкування, маніпуляції, контрманіпуляції, ненасильницьке спілкування, техніка «Я – повідомлення».
			1	8	Стереотипи. Вплив стереотипів на життя людини. Стереотипи щодо професій. Подолання стереотипів. Досягнення успіху.
3.	4	Соціально-психологічні проблеми особистості			
3.1	1	Поняття особистості в психології.	1	9	Психологічні особливості теорії поведінки особистості. Індивід, особистість, індивідуальність. Спрямованість особистості. Самосвідомість. Я-концепція особистості.

3.2	3	Психологічна характеристика конфлікту	2	10-11	Психологічна характеристика конфлікту. Теорія поведінки особистості в конфлікті. Основні моделі поведінки особистості в конфлікті. Стратегії поведінки в конфлікті. Типи конфліктних особистостей.
			1	12	Причини конфліктних ситуацій у виробничому колективі і способи їх розв'язання
4	4	Психологія індивідуальності			
4.1	5	Темперамент. Характер	1	13	Типи і характерні якості особистості. Індивідуальні якості особистості: типи особистості, професійні інтереси, здібності і досвід та спадковість особистості.
			1	14	Рекомендації щодо вибору професії. Фізичні, психофізіологічні та психоаналітичні типології особистості. Якості особистості, необхідні для побудови успішної кар'єри.
			1	15	Семінарське заняття №1: Поняття про локус контролю та кар'єрний інсайт. Професійні інтереси особистості, їх сутність.
			2	16 -17	Семінарське заняття № 2-3: Здібності і досвід особистості. Поняття про здібності особистості та їх види. Оцінка здібностей особистості. Здібності, пов'язані з досвідом та зі спадковістю.
Усього за 2 семестр 17 годин					
Разом 17 годин					

6. Перелік компетентностей відповідно ОПП «Технології легкої промисловості»

Загальні компетентності:

- ЗК 1 Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
- ЗК 2 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
- ЗК 3 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК 4 Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

Спеціальні компетентності:

- СК1 Здатність використовувати набуті знання для вирішення професійних задач.
- СК3 Здатність брати участь у розробці нових технологічних процесів з виробництва продукції виробів легкої промисловості.
- СК 4 Здатність організовувати заходи, спрямовані на покращення результатів власної діяльності і роботи інших.

7. Перелік результатів навчання відповідно ОПП «Технології легкої промисловості»

Результати навчання:

- РН 3 Володіти навичками професійної діяльності, що забезпечують кваліфіковану участь у вирішенні виробничих питань.

8. Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів фахової передвищої освіти з навчальної дисципліни «Основи психології» для підготовки фахових молодших бакалаврів за спеціальністю G15 «Технології легкої промисловості»

Рівень навчальних досягнень учнів	Бали	Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів
Незадовільно	2	Здобувач освіти за допомогою викладача може назвати окремі поняття, що стосуються психології. Здобувач освіти має уявлення про елементарні поняття психології. За допомогою викладача або з використанням зошита відтворює окремі факти навчального матеріалу. Під керівництвом і контролем викладача епізодично виконує практичні дії, повторює оцінні судження інших без

		достатнього осмислення.
Задовільно	3	Здобувач освіти самостійно дає визначення окремих понять; за допомогою викладача або з використанням зошита відтворює навчальний матеріал, характеризуючи поняття психології. За допомогою консультації викладача виконує практичні роботи. Повторює почуті від інших найпростіші оцінні судження щодо психології. Здобувач освіти самостійно, але неповно відтворює навчальний матеріал; за допомогою викладача розв'язує прості типові навчальні ситуаційні задачі. За допомогою інструкції та консультації викладача виконує практичні роботи
Добре	4	Здобувач освіти загалом самостійно відтворює навчальний матеріал, розкриває суть понять; розв'язує прості типові ситуаційні задачі. Здобувач освіти самостійно відповідає на поставлені запитання; дає порівняльну характеристику явищам і процесам, які характеризують психологію. Обґрунтовує свої оцінні судження, щодо психології, спираючись на предметні знання та усталені норми. Здобувач освіти відтворює інформацію, відповідає на поставлені запитання; самостійно розв'язує стандартні ситуаційні завдання; робить нечітко сформульовані висновки; свідомо приймає рішення; володіє навичками самоконтролю.
Відмінно	5	Здобувач освіти обґрунтовано відповідає на запитання, передбачені навчальною програмою; самостійно аналізує і розкриває суть явищ і процесів, що характеризують психологію; узагальнює, систематизує, встановлює причинно-наслідкові зв'язки; користується джерелами додаткової інформації. Розв'язує нестандартні ситуації; формулює висновки, уміє розв'язувати проблемні завдання; може впоратися з додатковими завданнями і непередбаченими ситуаціями, володіє життєвими навичками.

9. Очікувані результати навчання з дисципліни

В результаті вивчення навчальної дисципліни «Основи психології» здобувачі фахової передвищої освіти повинні:

знати:

- поняття діяльності та джерела її активності; взаємодії між людьми в робочому оточенні;
- напрями та шляхи адаптації на новому робочому місці;
- теоретичні основи ефективного спілкування з колегами та керівництвом у виробничому процесі;
- принципи роботи у команді та шляхи сприяння позитивній груповій динаміці;
- базові техніки тайм-менеджменту для ефективного планування та розподілу часу для оптимальної продуктивності;
- поняття конфлікту, причини виникнення та способи вирішення конфліктів в робочому колективі;

вміти:

- вміти працювати у команді та сприяти позитивній груповій динаміці;
- ефективно планувати та розподіляти час для оптимальної продуктивності;
- правильно взаємодіяти з людьми в робочому оточенні;
- вирішувати конфлікти та взаємодіяти з різними особистостями;
- швидко адаптуватися до змін у виробничих процесах;

- враховувати особливості темпераменту працівників для створення позитивної психологічної атмосфери в роботі колективу.

10. Методи контролю результатів навчання

Поточний контроль:

- фронтальне опитування;
- вибіркове усне опитування;
- письмове опитування;
- виконання тестових завдань;
- розв'язання ситуаційних задач;
- доповіді, презентації.

Проміжний контроль:

- проведення контрольних тестів;
- тематичне оцінювання;
- доповіді, презентації;
- робота в малих групах та робота в парах;
- захист проектів, творчих робіт.

Підсумковий контроль:

- семестрове оцінювання;
- річне оцінювання;
- залік.

11. Методи навчання

- лекції, бесіди, пояснення;
- використання опорних конспектів, структурнологічних схем;
- робота з текстовим матеріалом;
- дослідницький пошук за темами навчальної дисципліни;
- онлайн-уроки на платформах Zoom, Meet при дистанційному/змішаному навчанні;
- бліц-опитування;
- інтерактивні методи.

12. Методичне забезпечення

- конспект лекцій;
- презентації;
- відеоролики;
- розроблені тести опитування;
- інтернет-ресурси;
- методичні посібники;
- власні напрацювання.

13. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

Обладнання:

- 1) Персональний комп'ютер
 - Intel(R) Pentium (R) 4 CPU 3.00 GHz 3.01 ГГц, 0,99ГБ ОЗУ – 1 шт. (ПК викладача).
- 1) Ноутбук HP 245-G9 Notebook PC

Програмне забезпечення:

- для перевірки знань Google форми та онлайн-конструктор тестів LearningApps.org
- єдина корпоративна/освітня платформа Google Workspace for Education.

14. Рекомендована література

1. Варій М.Й. Психологія: навч.пос.(Для студентів вищих навчальних закладів)/ М.Й.Варій – (2-ге вид.) – К: Центр учбової літератури,2009.-288с.
2. Етика ділового спілкування: Курс лекцій / Т.К. Чмут, Г.Л.Чайка, М.Пю Лукашевич, І.Б. Осечинська. – 2-ге вид., стереотип. – К.: МАУП, 2003.-208с.
3. Засекіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування : навч. посіб. / Лариса Володимирівна Засекіна, Тетяна Володимирівна Пастрик. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. - 184 с.
4. Золотарьова, І.М. Конспект лекцій з дисципліни «Психологія» (для студентів 4 курсу денної форми навчання напряму підготовки 6.060102 «Архітектура») [Текст] / І.М.Золотарьова; Харк. нац. акад. міськ. госп-ва. – Х.: ХНАМГ, 2011. – 35 с.
5. Кайдалова Л. Г., Пляка Л. В. К 15 Психологія спілкування : навчальний посібник. – Х. : НФаУ, 2011. – 132 с.
6. Конфліктологія: Конспект лекцій. Для підготовки магістрів усіх форм навчання /В.Я.Галаган, В.Ф.Орлов, О.М.Отіч. – К.: ДЕТУТ, 2008. – 292 с.
7. Пентиліук М. І., Маруніч І. І., Гайдаєнко І. В. Ділове спілкування та культура мовлення: навч. посіб. – К.:Центр навчальної літератури, 2010. – 224 с.
8. Руденко Л. А. Основи професійного спілкування (для ПТНЗ сфери обслуговування): навчально-методичний посібник. – Львів, 2008. – 120 с.
9. М. М. Філоненко Психологія спілкування: Підручник.- К.: «Центр учбової літератури» 2008 — 224 с.

15. Інформаційні ресурси

Платформа Google-клас [Електронний ресурс] – Режим доступу:

<https://classroom.google.com/c/NjU2Njg2MzgwNjk1>

Google Диск [Електронний ресурс].– Режим доступу:

<https://drive.google.com/drive/folders/1-iWVX4I2gxMFgPrililO4sfC4PXqfajEQ>

1. Особистість у сучасній психології. Психологічна характеристика Режим доступу: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/10026/>
2. Основи спілкування: визначення, рівні, тонкощі та етика. Реферат Режим доступу: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/29426/>
3. Особистість та діяльність: загальні положення. Режим доступу: Реферат <http://surl.li/rkkca>
4. Практикум з психодіагностики Режим доступу: <https://studfile.net/preview/5200213/>
5. Психологія діяльності Режим доступу: <http://surl.li/rkkei>
6. Психологія спілкування Режим доступу: <http://surl.li/rkkfb>
7. Прищак М.Д., Мацко М.А. Психологія Режим доступу: <http://surl.li/rkkap>
8. Психологія конфлікту: курс лекцій : Навчальний посібник. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2013. – 112 с. Режим доступу: <http://surl.li/goxd>
9. Темперамент і характер Режим доступу: <https://buklib.net/books/24602/>