

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет психології
Кафедра педагогічної та вікової психології

СИЛАБУС
(вибіркового) освітнього компонента
Психологія опанувальної поведінки

підготовки освітнього рівня Магістр
спеціальності 053 Психологія
освітньо-професійної програми Психологія

Луцьк – 2022

Силабус освітнього компонента «Психологія опанувальної поведінки», підготовки
Освітнього рівня Магістр, галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки,
спеціальності 053 Психологія за освітньо-професійною програмою Психологія

Розробник: Іванашко О.Є., канд. психол. наук, доцент

Погоджено

Гарант освітньо-професійної програми:



(проф. Гошовський Я.О.)

Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри педагогічної та вікової психології

протокол № 1 від 29 серпня 2022 р.

Завідувач кафедри



(підпис) (проф. Гошовський Я.О.)

I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна /освітньо-наукова/освітньо-творча програма, освітній рівень	Характеристика навчальної освітнього компонента Навчальний план 2021 р.
Денна форма навчання	05 Соціальні та поведінкові науки 053 Психологія Психологія, II Магістр	Вибіркова
Кількість годин/кредитів 120 / 4		Рік навчання __1__
		Семестр __2-ий__
		Лекції 16 год.
		Практичні (семінарські) 12 год. Лабораторні _12_ год. Індивідуальні _____ год.
ІНДЗ/ Професійно-орієнтоване завдання: €	Самостійна робота 72 год.	
	Консультації 8 год.	
	Форма контролю: залік	
Мова навчання	українська	

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна /освітньо-наукова/освітньо-творча програма, освітній рівень	Характеристика навчальної освітнього компонента Навчальний план 2021 р.
Заочна форма навчання	05 Соціальні та поведінкові науки 053 Психологія Психологія, II Магістр	Вибіркова
Кількість годин/кредитів 120 / 4		Рік навчання __1__
		Семестр __2-ий__
		Лекції 4 год.
		Практичні (семінарські) 6год. Лабораторні --- год. Індивідуальні _____ год.
ІНДЗ/ Професійно-орієнтоване завдання: €	Самостійна робота 96 год.	
	Консультації 14 год.	
	Форма контролю: залік	
Мова навчання	українська	

II. Інформація про викладача (- ів)

III Іванашко Оксана Євгенівна

Науковий ступінь кандидат психологічних наук

Вчене звання доцент

Посада доцент кафедри педагогічної та вікової психології

Контактна інформація e-mail: Ivanashko.Oksana@vnu.edu.ua

Дні занять <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi>

Консультації середа 13.30-14.30

III. Опис освітнього компонента

1. Анотація освітнього компонента

До програми освітнього компонента «Психологія опанувальної поведінки» включені розділи, що відображують палітру сучасних загальнопсихологічних, соціально-психологічних та клінічно-психологічних досліджень процесів опанування, механізмів та ресурсів подолання особистістю кризових життєвих ситуацій. Зміст психології опанувальної поведінки передбачає з'ясування основних механізмів активізації адаптивної реакції на складні життєві обставини та здатності застосовувати комплекс ефективних засобів для подолання емоційного стресу, розкриває питання особистісного і професійного розвитку, оволодіння способами копінг-поведінки, проблеми адаптації і професіоналізації, особливості застосування активних соціально-психологічних методів навчання та психологічної допомоги.

Освітній компонент з психології опанувальної поведінки – це система лекційних, практичних та лабораторних занять, індивідуальної (ІНДЗ) й самостійної роботи здобувачів освіти (СРС), консультацій, іспиту, вихідного інформаційного забезпечення, яка побудована на основі таких принципів: 1) достовірності інформації; 2) системності викладу матеріалу, який призначений для використання в педагогічній діяльності; 3) встановлення міждисциплінарних зв'язків; 4) планомірної взаємодії суб'єктів навчального процесу (викладачів і здобувачів освіти). Такий підхід є можливим на основі поєднання лекційної інформації з практичними вправами семінарських занять, лабораторними заняттями та самостійною підготовкою здобувачів освіти зі спеціально розроблених питань.

2. **Пререквізити:** Загальна психологія, Вікова психологія, Соціальна психологія, Психологія мотивації та емоцій, Психологія особистості, Психологія депривації, Психологія особистісної події.

Постреквізити: Асистентська науково-педагогічна практика, Психологія здоров'я та ортобіогу особистості, Психологія розвитку професійної кар'єри та професійної мобільності, Психологія професійної безпеки особистості, Превентивна практика.

3. Мета і завдання освітнього компонента

Метою освітнього компонента є засвоєння здобувача освіти знань з проблематики подолання як поведінкових та когнітивних зусиль людини з вирішення важких життєвих ситуацій з опорою на соціокультурні, особистісні та ситуаційні ресурси.

Основними завданнями вивчення освітнього компонента є оволодіння способами копінг-поведінки, адаптації і професіоналізації, застосування активних соціально-психологічних методів навчання та психологічної допомоги, базові поняття освітнього компонента; основні теорії опанувальної поведінки, основні типології захисних механізмів особистості; варіанти дисфункціонального розвитку різних рівнів системи саморегуляції життєдіяльності суб'єкта. Здобувач освіти має вміти використовувати у роботі стандартизовані діагностичні методики і проводити дослідження системи саморегуляції життєдіяльності суб'єкта. Необхідне також професійне володіння методами саморегуляції та техніками опанування, прийомами посилення адаптаційного потенціалу особистості,

методиками вимірювання особистісних ресурсів опанувальної поведінки у важких життєвих ситуаціях; а також готовність застосовувати отримані знання на практиці, зокрема, при створенні програми тренінгів опанувальної поведінки для цільової категорії.

4. Результати навчання (Компетентності):

Загальні компетентності (ЗК)	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
Фахові компетентності (ФК)	СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік. СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності. СК11. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.
Програмні результати навчання (ПРН)	ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість. ПР13. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

5. Структура освітнього компонента

(денна форма навчання)

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Лаб.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бали
Змістовий модуль 1. Феноменологія психології опанувальної поведінки. Детермінанти та ресурси опанувальної поведінки							
Тема 1. Проблема опанувальної поведінки: історико-гносеологічний аспект. Розвиток проблематики копінг у рамках основних теоретичних орієнтацій сучасної психології	12	2			9	1	Р
Тема 2. Методологія та методи дослідження опанувальної поведінки. Види опанування та копінг-стратегії.	14	2	2		9	1	ДС, ОП, РМГ 5
Тема 3. Опанувальна поведінка та психологічний захист. Опанувальна поведінка в захисній системі людини.	14	2	2		9	1	ІНДЗ/ІРС ДС ОП 5
Тема 4. Копінг-ресурси: феноменологія і динаміка. Особистісні та середовищні детермінанти опанування	14	2	2		9	1	ІНДЗ/ІРС ДС ОП 5
Разом за модулем 1	54	8	6		36	4	15
Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти та стратегії розвитку опанувальної поведінки							
Тема 5. Диференційно-психологічні та онтогенетичні аспекти опанувальної поведінки	14	2	2		9	1	ІНДЗ/ІРС ДС ОП 5
Тема 6. Соціальна психологія опанувальної поведінки: групові, міжгрупові, соціокультурні аспекти	14	2	2		9	1	ОП, ДС, РМГ 5
Тема 7. Опанування в професійній діяльності.	14	2	2		9	1	ДС, РЗ/К 5
Тема 8. Стратегії розвитку опанувальної поведінки	24	2		12	9	1	ІНДЗ/ІОЗ, ІР, РМГ 30
Разом за модулем 2	66	8	6	12	36	4	45
Всього балів за поточне оцінювання							60
Види підсумкових робіт							Бал
Завдання самостійної роботи							10

ІНДЗ							30
Професійно-орієнтоване завдання							
Всього годин/ Балів	120	16	12	12	72	8	100

Форма контролю*: ОП – опитування, ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота здобувача освіти, ПОЗ – професійно-орієнтоване завдання, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо, П - портфоліо.

(заочна форма навчання)

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Лаб.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бали
Змістовий модуль 1. Феноменологія психології опанувальної поведінки. Детермінанти та ресурси опанувальної поведінки							
Тема 1. Проблема опанувальної поведінки: історико-гносеологічний аспект. Розвиток проблематики копінгу в рамках основних теоретичних орієнтацій сучасної психології	14	1			12	2	Р
Тема 2. Методологія та методи дослідження опанувальної поведінки. Види опанування та копінг-стратегії.	14	1			12	2	ДС, ОП, РМГ
Тема 3. Опанувальна поведінка та психологічний захист. Опанувальна поведінка в захисній системі людини.	16		1		12	2	ІНДЗ/ІРС ДС ОП 10
Тема 4. Копінг-ресурси: феноменологія і динаміка. Особистісні та середовищні детермінанти опанування	16		1		12	2	ІНДЗ/ІРС ДС ОП 10
Разом за модулем 1	60	2	2	-	48	8	20
Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти та стратегії розвитку опанувальної поведінки							
Тема 5. Диференційно-психологічні та онтогенетичні аспекти опанувальної поведінки	16	1	1		12	2	ІНДЗ/ІРС ДС ОП 10
Тема 6. Соціальна психологія опанувальної поведінки: групові, міжгрупові, соціокультурні аспекти	16	1	1		12	2	ОП, ДС, РМГ 10
Тема 7. Опанування в професійній діяльності.	14		1		12	1	ДС, РЗ/К 10
Тема 8. Стратегії розвитку опанувальної поведінки	14		1		12	1	ІНДЗ/ПОЗ, ТР, РМГ 10
Разом за модулем 2	60	2	4	-	48	6	40
Всього балів за поточне оцінювання							60
Види підсумкових робіт							Бал
Завдання самостійної роботи							10
ІНДЗ							30
Професійно-орієнтоване завдання							
Всього годин/ Балів	120	4	6	-	96	14	100

Форма контролю*: ОП – опитування, ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота здобувача освіти, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

6. Завдання для самостійного опрацювання

Під час самостійної роботи здобувач освіти опрацьовує теоретичний матеріал, виконує індивідуальні завдання, проводить науково-дослідну роботу тощо. Самостійна робота здобувачів освіти оцінюється під час поточного контролю.

Зміст самостійної роботи здобувачів освіти з освітнього компонента визначають силабус (програма) освітнього компонента, навчально-методичні матеріали, завдання та методичні вказівки викладача. При вивченні тем винесених на самостійне вивчення здобувач освіти повинен реферувати одну із запропонованих тем (Див. Методичні рекомендації до самостійної роботи).

Виконання завдань Самостійної роботи відбувається у межах підготовки практичних занять до кожної теми і передбачає написання реферату (обсягом 10-12 сторінок, структурованим за планом, з використанням наведеного списку літератури).

Реферат. Важливим засобом у засвоєнні знань є написання рефератів та виголошення реферативної доповіді. Тематика рефератів пропонується за визначеними темами практичних занять та СРС. Мета реферативної доповіді полягає у засвоєнні здобувача освітими основних аспектів розкритої у реферативному дослідженні теми, формуванні запитань, проведенні дискусії.

Вимоги до реферату: обсяг – 10-12 аркушів формату А4; структура – вступ, основна частина, висновок, список використаних джерел.

У вступі розкривається актуальність теми, визначається мета, в основній частині містяться основні положення дослідження, що розкривають тему, у висновку викладаються основні положення та пропозиції автора, що впливають із розгляду теми. Реферативна доповідь та участь в її обговоренні можуть бути предметом окремого оцінювання викладачем або враховуватись ним при оцінці інших форм контролю.

Вимоги до проекту: наявність матеріалів з обраної теми (на магнітних носіях):

- Вступу (1-2 сторінки):
 - ✓ мета: що дізнається здобувач освіти у межах теми;
 - ✓ завдання.
- Змісту питання:
 - ✓ у вигляді пакету слайдів або переліку конкретних вправ;
 - ✓ або наукове обґрунтування обраної тематики з оглядом сучасних досліджень та основних здобутків різних галузей психологічного знання з даної проблематики (реферат).
- переліку літератури до теми;
 - ✓ основна (1-2 джерела);
 - ✓ додаткова (3-5 джерел);
 - ✓ ресурси Інтернет (1-3 джерела).
- Висновків до проекту із зазначенням перспектив подальшого використання (у випадку тренінгу) або наукових перспектив даної теми (у випадку реферату).

Назва теми	Кількість годин	
	ДФН	ЗФН
Змістовий модуль 1. Феноменологія психології опанувальної поведінки. Детермінанти та ресурси опанувальної поведінки		
Тема 1. Проблема опанувальної поведінки: історико-гносеологічний аспект. Розвиток проблематики копінгу в рамках основних теоретичних орієнтацій сучасної психології	9	12
Тема 2. Методологія та методи дослідження опанувальної поведінки. Види опанування та копінг-стратегії.	9	12
Тема 3. Опанувальна поведінка та психологічний захист. Опанувальна поведінка в захисній системі людини.	9	12
Тема 4. Копінг-ресурси: феноменологія і динаміка. Особистісні та середовищні детермінанти опанування	9	12
Разом :	36	48
Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти та стратегії розвитку опанувальної поведінки		
Тема 5. Диференційно-психологічні та онтогенетичні аспекти	9	12

опанувальної поведінки		
Тема 6. Соціальна психологія опанувальної поведінки: групові, міжгрупові, соціокультурні аспекти	9	12
Тема 7. Опанування в професійній діяльності.	9	12
Тема 8. Стратегії розвитку опанувальної поведінки	9	12
Разом :	36	48
Всього	72	96

При вивченні тем винесених на самостійне вивчення здобувач освіти повинен виконати, щонайменше, одну із запропонованих тем рефератів.

1. Становлення проблематики опанування: соціально-історичний та гносеологічний контекст.
2. Визначення поняття «опанувальна поведінка», дотичні поняття: копінг-механізми, копінг-поведінка, копінг-стратегії, копінг-ресурси.
3. Загальна характеристика основних теоретичних підходів до проблеми опанування.
4. Підхід Р.Лазаруса та С.Фолкман до розуміння опанування.
5. Транзакційна теорія стресу Р.Лазаруса.
6. Загальна концептуальна схема копінг-процесу згідно з транзакційною теорією стресу Дж. Холахена, Р.Мооса. С.Шефера.
7. Когнітивно-мотиваційно-міжособистісна теорія копінг-поведінки.
8. Теорія атрибуції мотивації та емоцій Б.Вайнера.
9. Ресурні теорії опанувальної поведінки та їх характеристика.
10. Теорія зберігання ресурсів С.Гобфолла.
11. Проактивні теорії копінгу та їх характеристика.
12. Модель проактивного копінгу Р.Шварцера.
13. Модель проактивного копінгу Л.Еспінволл та Ш.Тейлор. П'ять стадій проактивного копінгу та їх характеристика.
14. Копінг та розуміння. Процес афективної адаптації (за Т.Вільсоном та Д.Джилібертом).
15. Теорія когнітивної адаптації до загрозової події (Ш.Тейлор).
16. Копінг у психодинамічних концепціях.
17. Дослідження процесів опанування в рамках когнітивістської орієнтації.
18. Основні методологічні підходи до вивчення стратегій опанувальної поведінки.
19. Поняття «Важка життєва ситуація». Типологія критичних життєвих ситуацій (за Ф. Василюком).
20. Психодіагностичні методики опанувальної поведінки.
21. Основні класифікації стратегій та стилів опанування.
22. Види копінг-стратегій.
23. Ефективність опанувальної поведінки: конструктивні та неконструктивні копінг-стратегії.
24. Ознаки стресогенності ситуації.
25. Опанувальна поведінка та адаптація.
26. Способи реагування на стрес: захист, опанування, подолання.
27. Феноменологія опанування та психологічний захист.
28. Поняття психологічного захисту: визначення, історія розвитку.
29. Основні типології та класифікації психологічного захисту.
30. Ефективність психологічного захисту, основні обмеження.
31. Копінг-ресурси: феноменологія і динаміка
32. Соціально-психологічні копінг-ресурси.
33. Ідентичність як ресурс та результат опанування.
34. Я-концепція як ресурс опанувальної поведінки.
35. Модель опанувальної поведінки: ситуативні та особистісні детермінанти та предиктори; стилі та стратегії; результат копінгу.
36. Системне моделювання опанувальної поведінки.
37. Вікові відмінності опанувальної поведінки.
38. Специфіка опанувальної поведінки у дитячому віці.
39. Особливості опанування в підлітковому віці.

40. Роль копінг-поведінки у професійній діяльності.
41. Професійне вигорання та опанувальна поведінка.
42. Особливості опанувальної поведінки на різних етапах професіоналізації.
43. Психологічна модель опанувальної поведінки педагога.
44. Психологічні аспекти залежної поведінки та копінг-стратегії її подолання.
45. Суїцидальна поведінка та опанувальні стратегії.
46. Девіантна поведінка та особливості застосування копінг-поведінкових стратегій.
47. Несприятливий психологічний клімат в групі: техніки опанування.
48. Опанувальна поведінка особистості в процесі розвитку сімейних відносин.
49. Гендерні особливості копінг-поведінки.
50. Психотехніки саморегуляції станів та поведінки. Програми антистресу.
51. Основні техніки опанування, робота з іраціональними стресогенними установками. (А.Еліс).
52. Рівень вищих особистісних ресурсів. Робота з особистісними цінностями та смислами.
53. Сфери практичного застосування психології опанувальної поведінки.
54. Дисфункція системи саморегуляції життєдіяльності особистості на рівні психологічного захисту.
55. Методики діагностики психологічного захисту. Основні труднощі при аналізі несвідомого матеріалу.
56. Особистісне зростання та його критерії.
57. Копінг як психологічний ресурс девітимізації молоді.
58. Копінг-стратегії здобувачів освіти та готовність до професійної діяльності.
59. Професійний стрес: техніки опанування.
60. Професійна безпека особистості як необхідний критерій ефективності копінг-стратегій.
61. Специфіка опанувальної поведінки в екстремальних видах діяльності.
62. Управління копінг-стратегіями у навчальній діяльності.
63. Особливості психологічного супроводу невиліковно хворих дітей та їх батьків.
64. Подолання посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців.
65. Копінг-поведінка та психологічна реакція на захворювання.
66. Дослідження процесів опанування в рамках крос-культурної психології.
67. Негативні стани в екстремальній ситуації.
68. Технології опанування з екстремальними життєвими ситуаціями.
69. Інформаційний стрес. Нові інформаційні технології та організаційні джерела стресу. Опанувальна поведінка.
70. Особливості копінг-поведінки особистості в ситуації безробіття.
71. Діагностика та самоактуалізація наявних особистісних ресурсів.
72. Елементи тайм-менеджменту, розстановка пріоритетів.
73. Напрямки подальших досліджень копінг-поведінки у контексті сучасної української психології.
74. Робота з тілом: релаксаційні техніки, дихальні техніки, аналіз сигналів тіла, методики НЛП.
75. Управління копінг-стратегіями. Теорія тренінгу опанувальної поведінки.

Завдання для ІНДЗ/ Професійно-орієнтоване завдання

Індивідуальні завдання виконуються самостійно із забезпеченням необхідних консультацій окремих питань з боку викладача з метою набуття практичних навичок в процесі оволодіння освітнім компонентом.

Індивідуальна робота передбачає створення проєкту : Розробку програми тренінгу опанувальної поведінки для різної цільової аудиторії.

Розроблений за всіма правилами тренінговий проєкт демонструється здобувач освіти на лабораторних (для заочної форми навчання практичних) заняттях і оцінюється згідно балів, зазначених у таблиці п.5 : Структура освітнього компонента.

1. **Розробити тренінгову програму для різної цільової аудиторії (різновікових груп та ін.).**

2. Обрати тему з перерахованих і створити проект за заданою нижче схемою.

Індивідуальні завдання виконуються самостійно із забезпеченням необхідних консультацій окремих питань з боку викладача.

Індивідуальна робота передбачає:

1. Створення програми тренінгу опанувальної поведінки для різної цільової аудиторії;

Вимоги до проекту: наявність матеріалів з обраної теми (на магнітних носіях):

- Вступу (1-2 сторінки):
 - ✓ мета: що дізнається респондент у межах теми;
 - ✓ завдання.
- Змісту питання:
 - ✓ у вигляді пакету слайдів або переліку конкретних вправ, етапів тренінгу (тренінг);
- переліку літератури до теми;
 - ✓ основна (1-2 джерела);
 - ✓ додаткова (3-5 джерел);
 - ✓ ресурси Інтернет (1-3 джерела).
- Висновків до проекту із зазначенням перспектив подальшого використання (у випадку тренінгу) або наукових перспектив даної теми (у випадку реферату).

Загальна оцінка проекту – 10 балів.

Перелік тем для реферування (за вище поданою схемою)

1. Проблема опанувальної поведінки: історико-гносеологічний аспект.
2. Розвиток проблематики копінгу в рамках основних теоретичних орієнтацій сучасної психології.
3. Методичні підходи до аналізу опанувальної поведінки.
4. Види опанування і копінг-стратегії.
5. Класифікації стратегій опанування складних життєвих ситуацій.
6. Особистісні та середовищні детермінанти опанування.
7. Процеси опанування в онтогенезі.
8. Копінг-стратегії і крос-культурна адаптація.
9. Соціалізація в мінливому світі: повсякденна реальність подолання.
10. Проблеми опанувальної поведінки: культурно-історичний аспект.
11. Ритуал, умова і система для формування стратегій подолання критичних ситуацій.
12. Ігрова та народна сміхова культури, становлення стратегій подолання.
13. Роль мови в формуванні стратегій подолання.
14. Фольклор (міфи, перекази, казки, билини, прислів'я) і його роль в генезі стратегій подолання.
15. Релігія і її функції в формуванні стратегій подолання.
16. Міжкультурні відмінності в перевагах стратегій подолання.
17. Особливості процесів опанування в конфліктних ситуаціях.
18. Казка і «фентезі»: подібності та відмінності стратегій подолання у героїв.
19. Ставлення до «незнайомого» в фольклорі і традиціях різних народів.
20. Страх і стратегії її подолання в традиційному і сучасному постіндустріальному суспільстві.
21. Від ритуалу до перформансу: порівняльний аналіз поведінки учасників.
22. Становлення проблематики опанування: соціально-історичний і гносеологічний контекст.
23. Загальна характеристика основних теоретичних підходів до проблеми подолання.
24. Основні класифікації стратегій та стилів опанування.
25. Соціально-психологічні копінг-ресурси.
26. Особистісні детермінанти опанування.
27. Вікові аспекти подолання.
28. Специфіка опанувальної поведінки в дитячому віці.
29. Особливості опанування в підлітковому віці.
30. Ідентичність як ресурс і результат опанування.

31. Дослідження процесів опанування в рамках крос-культурної психології.
32. Основні методичні підходи до вивчення стратегій опанувальної поведінки.
33. Підхід Р. Лазаруса і С. Фолкман до розуміння опанування.
34. Психобіографічний підхід до аналізу поведінки людини у важких життєвих ситуаціях.
35. Дослідження процесів опанування в рамках когнітивістської орієнтації.
36. Феноменологія опанування і психологічні захисти.
37. Вітчизняна загальнопсихологічна традиція в дослідженні опанування.
38. Проблема порівняльної ефективності різних стратегій подолання.
39. Подолання з повсякденними труднощами як особливість соціальної поведінки в ситуації соціальних змін.
40. Ритуал, його види та функції.
41. Ритуал як культурний феномен і предмет дослідження в науках про людину (антропології, психології, етнології та релігієзнавстві).
42. Теорія ритуалу А. ван Геннеп і В. Тернера.
43. Ритуалізовані форми поведінки (звичай, етикет, церемоніал, гра) і їх відмінності від ритуалу.
44. Що таке порогового істота і які його основні характеристики?
45. Які положення лежать в основі педагогіки лімінальності (фантастичні істоти)?
46. У чому подібність в розумінні понять «ритуал», «комунікація», «інформація».
47. Теоретичні підходи до дослідження гри: філософсько-антропологічний, соціально-психологічний, естетико-культурологічний, лінгвістичний.
48. Психологічні концепції феномена гри (К. Гроас, К. Бюлер, Ф. Бейтендейк, З. Фрейд, Г. Спенсер, Д. Ельконін).
49. Типологія гри і основні відмінності гри від ритуалу.
50. Сміхова культура і її форми.
51. Сміх і його функції - профілактика, психотерапія і психокорекція критичних ситуацій і стратегій подолання.
52. Свято і карнавал, основні характеристики. Феномени лицедійства, блазнювання, скоморошества і юродства.
53. Філософсько-антропологічний і психологічний дискурс в інтерпретації ігрових практик сучасної культури.
54. Смыслова поліваріативність гри. Проблема гри в постмодерністському дискурсі.
55. Діагностика та прогнозування ігрових феноменів в сучасній культурі.
56. Підхід Е. Фромма і А. Маслоу до визначення релігії і її функцій.
57. Погляди У. Джеймса на особливості релігійного переживання особистості в умовах різних епох і культур.
58. Е. Фромм про проблему впливу конфесійного чинника на зміни, що відбуваються в соціальному характері народів Європи.
59. Феномен «дурня» в українських народних казках.
60. Історико-культурний і еволюційний сенс феномена «дурня».

IV. Політика оцінювання

При вивченні освітнього компонента «**Психологія опанувальної поведінки**» здобувач освіти виконує завдання згідно з навчальним планом та у відповідності до програми силабусу, що включають відвідування лекцій практичних та лабораторних занять, опрацювання інформаційних джерел та літератури, підготовку до практичних та лабораторних занять (володіння термінологічним словником освітнього компонента, підготовку відповідей згідно плану практичних та лабораторних занять, доповнення та коментарі відповідей інших здобувачів освіти, підготовку презентацій, роботу в малих групах тощо) та виконання завдань самостійної роботи (ІНДЗ, написання реферату, Професійно-орієнтованого завдання).

Політика викладача щодо здобувача освіти полягає в послідовному та цілеспрямованому здійсненні навчального процесу на засадах прозорості, доступності,

наукової обґрунтованості, методичної доцільності та відповідальності учасників освітнього процесу.

Вивчення освітнього компонента передбачає постійну роботу здобувачів освіти на кожному занятті. Середовище під час проведення лекційних та лабораторних робіт є творчим, дружнім, відкритим для конструктивної критики та дискусії. Здобувачі освіти не повинні спізнюватися на заняття.

Перед початком заняття здобувачі освіти повинні вимкнути звук засобів зв'язку (мобільний телефон, смарт-годинник тощо).

Здобувачі освіти повинні здійснювати попередню підготовку до лекційних, практичних та лабораторних занять згідно з переліком рекомендованих джерел.

До початку освітнього компонента необхідно встановити на мобільні пристрої або ноутбуки застосунки Microsoft Office 365 (Teams, Forms, One Note) для роботи з доступними матеріалами освітнього компонента. Вхід для активації облікового запису відбувається через корпоративну пошту з доменом – @vnu.edu.ua. Корпоративна пошта з паролем видається методистом деканату факультету.

Оцінювання здобувачів освіти здійснюється відповідно до Положення про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки (https://ed.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/07/Polozh_pro_otzin_%D0%A0%D0%B5%D0%B4_%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%9C%D0%95%D0%94.pdf).

В процесі вивчення освітнього компонента застосовується дві шкали оцінювання: багатобальна (100-бальна) шкала та 6 - бальна шкала (від 0 до 5 балів, де кожен бал визначає рівень готовності до навчального заняття : 0 – здобувач освіти абсолютно не готовий до заняття, 5 – абсолютно готовий до заняття). Результати конвертуються із однієї шкали в іншу згідно із нижче наведеними правилами.

Оцінювання поточної успішності здобувачів освіти. Максимальна кількість балів за поточний контроль з освітнього компонента, де форма контролю залік, становить 100 балів, з них : максимально 60 балів – **поточний контроль** і 10 балів – за виконання завдань самостійної роботи та 30 балів за виконання ІНДЗ /**Професійно-орієнтованого завдання** та якість його демонстрації на лабораторних заняттях.

Після завершення навчального модуля (визначеної кількості практичних та лабораторних занять) проводиться підрахунок отриманих балів – всі бали додаються, де максимально в сумі здобувач освіти може отримати 100 балів за вивчення освітнього компонента.

При цьому здобувач освіти достатньо якісно повинен володіти своєю мовою, дикцією, контролювати і активізувати діяльність відповідної аудиторії.

Максимальна кількість балів ставиться за якість виконання індивідуальних та самостійних завдань теоретичного і практичного змісту та вміння їх представити.

Модульний контроль не здійснюється.

Модуль зараховується здобувачеві, якщо він успішно виконав всі види навчальної роботи, передбачені силабусом програмою) освітнього компонента.

Заборгованість із модуля повинна бути ліквідована здобувачем у позааудиторний час до початку підсумкового контролю з наступного модуля. Кінцевий термін ліквідації заборгованості з модульного контролю обмежується початком заліково-екзаменаційної сесії.

Критерії оцінювання знань здобувача освіти на практичних (семінарських), лабораторних заняттях, ІНДЗ та модульного контролю

Бали			Загальні критерії оцінювання навчальних досягнень здобувача освіти
Практ. зан.	Самост. Роб.	ІНДЗ/ Проф.-орієнт. завд.	
5	10	30	Здобувач бездоганно засвоїв теоретичний матеріал теми заняття, демонструє глибокі і всебічні знання відповідної теми, основні положення наукових джерел, логічно мислить і формує

			відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, здатний аргументувати власні судження теоретичними і фактичними положеннями, підсумувати сказане висновками, ілюструє відповідь прикладами, вміє комплексно застосовувати знання з інших дисциплін та демонструє високий рівень засвоєння практичних навичок;
4	8-9	25-29	Здобувач добре засвоїв теоретичний матеріал заняття, володіє основними аспектами з джерел, аргументовано викладає його; володіє практичними навичками, висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу теоретичного змісту або при виконанні практичних навичок;
3	5-7	15-24	Здобувач в основному опанував теоретичними знаннями навчальної теми, орієнтується в рекомендованих джерелах, але непереконливо відповідає, плутає поняття, додаткові питання викликають у здобувача невпевненість або відсутність стабільних знань; відповідаючи на запитання практичного характеру, виявляє неточності у знаннях, не вміє оцінювати факти та явища, припускається помилок при виконанні практичних навичок;
2	2-4	6-14	Здобувач демонструє низький рівень знань, здатний частково відтворити теоретичний матеріал відповідно до тексту підручника або лекції викладача, повторити за зразком певну операцію.
1	1	1-5	Здобувач може розрізнити об'єкт вивчення, фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу, з допомогою викладача виконує елементарні завдання.
0	0	0	Здобувач відсутній на практичному занятті. Здобувач присутній, але абсолютно не підготовлений до заняття. Здобувач не опанував навчальний матеріал теми, не знає наукових фактів, визначень, майже не орієнтується в джерелах, відсутнє наукове мислення, практичні навички не сформовані.

Неформальна освіта. Здобувач освіти може отримати **додаткові бали**, або ж претендувати на зарахування максимальної кількості балів за одне практичне заняття при наявності *сертифікату* за пройдене навчання додаткової практичної підготовки (підвищення компетентності) з психології, де зміст сертифікату (проблематика навчального освітнього компонента) відповідає змісту освітнього компонента «Психологічна служба в освіті», вказує на здобуті практичні вміння з технологій супроводу дітей в закладах освіти. А також за *участь в науково-практичній конференції* чи семінарі (круглому столі) при наявності програми участі, в якій зазначена форма участі здобувача освіти: тема заявленої доповіді, або особиста включеність у практичні форми роботи. У разі наявності документа, що засвідчує навчання на сертифікованих курсах, онлайн-курсах, які дотичні до тем освітнього компонента, можливе зарахування певної кількості годин (за попереднім погодженням з викладачем), відповідно до Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки.

У разі наявності диплома молодшого спеціаліста (молодшого бакалавра, фахового молодшого бакалавра) можливе зарахування (перезарахування) певної кількості годин відповідно до Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки.

У разі переходу на дистанційну форму навчання викладання освітнього компонента відбувається в команді освітнього середовища Microsoft Office 365 відповідно до Положення про дистанційне навчання та додаткових розпоряджень ректорату.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувачу необхідно дотримуватися морально-етичних правил, дотримуватися навчальної етики, толерантно ставитися до всіх учасників процесу навчання, дотримуватися часових меж та лімітів навчального процесу: не пропускати аудиторних занять (у разі пропуску – причину підтвердити документально); не привласнювати чужу інтелектуальну працю; у разі цитування наукових праць, методичних розробок, результатів досліджень, таблиць та ін. необхідно вказувати посилання на першоджерело.

Викладач і здобувач освіти мають дотримуватись ст. 42 Закону України «Про освіту». Усі здобувачі освіти повинні ознайомитись із основними положеннями Кодексу академічної доброчесності Волинського національного університету імені Лесі Українки та Ініціативою академічної доброчесності та якості освіти – Academic IQ.

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Якщо з об'єктивних причин заняття пропущене, здобувач повністю відпрацьовує тему заняття, що включає всі види активності здобувача та всі види його оцінювання, передбачені цим силабусом. Здобувач освіти може додатково скласти на консультаціях із викладачем ті теми, які він пропустив протягом семестру (з поважних причин), таким чином покращивши свій результат рівно на ту суму балів, яку було виділено на пропущені теми.

День та години відпрацювання визначаються графіком консультацій, який оприлюднюється.

У випадку невиконання та не відпрацювання практичних/лабораторних робіт здобувач освіти не допускається до підсумкового контролю та його підсумковий бал за поточний семестр не визначається.

Якщо здобувач освіти хоче покращити підсумковий бал за аудиторну роботу (Див. відповідно до Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки), пропонується підготовка та захист презентації на одну із запропонованих тем (на вибір), або написання тез.

Терміни проведення заліку, а також терміни ліквідації академічної заборгованості визначаються розкладом заліково-екзаменаційної сесії. У разі не отримання заліку, здобувач освіти може перездати його двічі.

У відомості, індивідуальному навчальному плані (заліковій книжці) здобувача освіти записується підсумкова кількість балів за залік.

V. Підсумковий контроль

Комплексна оцінка знань проводиться викладачем за 100-бальною шкалою.

Семестровий залік – це форма підсумкового контролю, що полягає в оцінці засвоєння здобувачем освіти навчального матеріалу з певного компонента (освітнього компонента) на підставі результатів виконання всіх видів запланованої навчальної роботи протягом семестру: аудиторної роботи під час лекційних, практичних (семінарських, індивідуальних), лабораторних занять (тощо), самостійної роботи, виконання ІНДЗ, контрольних робіт тощо. Із тих ОК, де передбачено залік, модульні контрольні роботи не плануються, не проводяться. Залік викладач виставляє за результатами поточної роботи за умови, що здобувач освіти виконав ті види навчальної роботи, які визначено силабусом (програмою) ОК. У випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), на консультаціях він має право відпрацювати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми. У дату складання заліку викладач записує у відомість суму поточних балів, які здобувач освіти набрав під час поточної роботи (шкала від 0 до 100 балів).

Терміни проведення заліку, а також терміни ліквідації академічної заборгованості визначаються розкладом заліково-екзаменаційної сесії. У разі не отримання заліку, здобувач освіти може перездати його двічі.

VI. Шкала оцінювання

Шкала оцінювання знань здобувачів освіти з освітніх компонентів, де формою контролю є залік

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
90–100	Зараховано
82–89	
75–81	
67–74	
60–66	
1–59	Незараховано (необхідне перескладання)

VI. Рекомендована література та інтернет-ресурси (літературні джерела, рекомендована література (основна, додаткова, Інтернет-ресурси) та інші джерела).

Психологія опанувальної поведінки [Електронний ресурс] : наук.-допом. бібліогр. покажч. / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, Бібліотека ; уклад. Л. Дейнека. - Електрон. текст. дані. - Луцьк, 2020. - 42 назви. Режим пошуку : http://194.44.187.2/eljournal/1/opanuv_poved.pdf

Основна (базова) література

1. Абрамов В. В. °Теоретико-методологічні підходи до дослідження копінг поведінки. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. Психологічні науки.* 2013. №4 (21). С. 108 – 114.
2. Волошок, О., & Прус, С. (2021). Поведінкові прояви копінг-стратегій у осіб юнацького віку. *Молодий вчений*, 1 (89), 146-151. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-1-89-31>
3. Корнієнко І.О. Вікові відмінності опанувальної поведінки. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України* / За ред. С.Д.Максименка, Л.А.Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2014. В.25. С.126 – 138.
4. Корнієнко І.О. Дослідження копінг-стратегій здобувач освіти з різним рівнем тривожності в ситуації іспиту. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім.Г.С.Костюка НАПН України* / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2012. В.18. С. 395 – 407.
5. Марковець, Л. (2019). Корекція копінг-стратегій майбутніх психологів як засіб оптимізації психологічного супроводу їх професійного становлення. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, 2(6). <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2009-6.%p>

Додаткова (допоміжна) література

6. Абрамюк О.О. Сучасний стан дослідження проблематики копінгу шлюбних партнерів. *Науковий вісник ЛДУВС.* 2018. Вип. 2. С. 3 – 12.
7. Байдик В.В. Особливості використання копінг-стратегій у працівників закладів освіти в умовах професійного стресу. *Теоретичні і прикладні проблеми психології.* 2013. Вип. 2(31). С. 28 – 33.
8. Вірна Ж.П. Життєво-стильовий концепт мотиваційно-сміслової регуляції: професійна методологія і практика. *Психологія і суспільство.* 2009. №4. С. 191 – 201.
9. Войцеховська О., Закалик Г. Сучасні напрямки психологічних досліджень копінг-стратегій особистості. *Педагогіка і психологія професійної освіти.* 2016. Вип. 2. С. 95–102.
10. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. Київ : Наукова думка, 1984. 209 с.

11. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості: монографія. Дрогобич: Коло, 2008. 480 с.
12. Гуляс І.А. Копінг-стратегії у контексті життєвих досягнень особистості. *Science and Education a new dimension Pedagogy and Psychology*. – 2015. Вип. 3(20). С. 72 – 75.
13. Дідковська Л.І. Психологічні особливості копінг-стратегій підлітків із різними соціально-психологічним статусом у класі. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 24. С. 191 – 202.
14. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Особливості використання тренінгу життєстійкості у психологічній реабілітації учасників бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології*. 1 (65) /2022. Режим доступу : <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/251801/251667>
15. Куриця Д.І. Визначення домінуючих копінг-стратегій у професійній діяльності держслужбовців. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 8. С. 573–581.
16. Ляшин Я.Є. Копінг у подоланні життєвих труднощів. *Проблеми сучасної психології*. 2017. Вип. 35. С. 293–303.
17. Малильо О.П., Корнієнко І. О. Опанувальна поведінка особистості в процесі розвитку сімейних відносин. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 21. С. 399–410.
18. Пілецький В.С. Копінг-стратегії поведінки особистості в стресових ситуаціях. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. 2014. № 19. С. 185–193.
19. Родіна Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: монографія. Одеса: видавець Букаєв В.В., 2011. 364 с.
20. Сазонова О.В. Дослідження співвідношення між домінуючими копінг-стратегіями, рівнем тривожності та самооцінки учнів. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 23. С. 562–573.
21. Самара О.Е. Гендерные особенности копинг-стратегий у работников МЧС. *Медицинська психологія*. Харків, 2009. № 2–3. С. 115-119.
22. Склень О.І. Психологічні особливості поведінкових стратегій подолання стресу в професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах; Ун-т цив. захисту України. Х., 2008. 22 с.
23. Соломка Е.Т., Хома Т.В., Хлопек А.Б. Стресостійкість особистості як фактор впливу на опанувальну поведінку здобувач освітиської молоді. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології*. 1 (65) /2022. Режим доступу : <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/253209/251685>
24. Соломка, Е. Т., Хома, Т. В., & Хлопек, А. Б. (2021). Опанувальна поведінка особистості у психологічних дослідженнях та деякі методи управління стресом. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (2), 23-27. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.2.5>
25. Титаренко Т.М. *Життєві кризи: технології консультування*. К.: 2007. 324 с.
26. Ткачук Т.А. Копінг-поведінка: стратегії та засоби реалізації. Монографія. Ірпінь: НУ Державної податкової служби України, 2011. 286 с.
27. Шебанова В.І. Копінг-поведінка: механізми подолання стресу. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2011. Вип. 26. С. 289–296.
28. Aldwin C., Carolyn M. *Stress, Coping, and Development, Second Edition: An Integrative Perspective*. N.Y.: Guilford Press, 2007. 432 p.
29. Aspinwall L. G. A stitch in time: Self-Regulation and proactive coping / L.G. Aspinwall, S.E. Taylor // *Psychological bulletin*. – 1997. – Vol. 121, №3. – P. 417-436.
30. Bramson R., Robert M. *Coping with difficult people*. N.Y.: Dell Publishing, 1981. 226 p.
31. Colten Mary, Gore Susan *Adolescent Stress: Causes and Consequences (Social Institutions and Social Change)*. N.Y.: Aldine de Gruyter, 1991. 342 p.
32. Endler N.S., Parker J.D.A. *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual*. Toronto: Multi-Health Systems. 1990. 58 p.
33. Epel, E. S. Escaping homelessness: The influences of self-efficacy and time perspective on coping with homelessness / E. S. Epel, A. Bandura, P. G. Zimbardo // *Journal of Applied Social Psychology*. - 1999. - № 29. - P. 575-596.

34. Folkman S., Lazarus R. Ways of Coping Questionnaire sampler set: Manual, test booklet, scoring key. Palo Alto CA: Mind Garden Inc. for Consulting Psychologists Press, 1988. 42 p.
35. Forman S.G. Coping Skills Interventions for Children and Adolescents. Jossey-Bass Publishers, 1993. 209 p.
36. Frydenberg E. Adolescent Coping. Theoretical and Research Perspectives. London; New York: Routledge, 1997. 233 p.
37. Haan N. Coping and defending: processes of environment organization. N.Y.: Academic Press, 1977. 346 p.
38. Hill R. Families under Stress. N.Y.: Harper & Row, 1949. 443 p.
39. Hobfoll S. E., Dunahoo C. L., & Monnier J. Preliminary test manual: The strategic approach to coping scale (SACS). Unpublished test manual. Kent State University, Ohio, 1993.
40. Lazarus R., S.Folkman Stress, appraisal and coping. N. Y. Springer Publishing Company, 1984. 456 p.
41. Lazarus R.S. Psychological stress and coping process. N.Y.:1966. 466 p.
42. Monat A., Richard S. Lazarus Stress and Coping: An anthology. N.Y: Columbia University Press, 1991. 598 p.
43. Richard S. Lazarus, Bernice N. Lazarus R. Coping with Aging. Oxford University Press: 2006. P. 256.
44. Skinner E. A. Searching for the Structure of Coping: A Review and Critique of Category Systems for Classifying Ways of Coping / [E.A. Skinner, K. Edge, J. Altman, H. Sherwood] // Psychological Bulletin. – 2003. – Vol. 129, No. 2. – P. 216 –269. Haan N. Coping and defending: Processes of self–environment organization. / N. Haan. – N. Y., Academic Press. - 1977. - 346 p.
45. Stress and the Family. Coping with Normative Transitions / Ed. By I. Hamilton, McCubbin, Ph.D., and Charles R. Figley, Ph.D. New York: Brunner/Mazel Publishers, 1983. Vol.1. 324 p. Wills T.A. Coping and substance use: A conceptual framework / T. A. Wills, S. Shiffman. - Orlando: Academic Press, 1985. - 324 p.