ПСИХОЛОГІЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ

LABORE ET ZELO

Освітня програма: ОП Психологія. Практична психологія
Рівень вищої освіти: Другий (магістерський) рівень
Обсяг: 4 кредити ЄКТС
Семестр: осінній
Дні, Час, Місце: згідно розкладу
Кафедра: Загальної та практичної психології
Затверджено: протокол №1 від 29.08.25

Інформація про викладачку

Ім'я	Литовченко Ніна Федорівна
Контакти	e-mail: nina.lytovchenko@gmail.com, тел.: (068) 8052515
Робоче місце	Кафедра загальної та практичної психології (ауд. 217 навчального корпусу №2)
Години консультацій	Понеділок: 13:30 – 14:50

Опис курсу

Психологія міжособистісних стосунків - це галузь психології, яка вивчає взаємодію між людьми, розвиток та динаміку відносин між особами. Психологія міжособистісних стосунків досліджує, які фактори впливають на міжособистісні взаємодії, як формуються стосунки між людьми та як вони впливають на благополуччя та емоційний стан особистості. Міжособистісні стосунки виникають у різних контекстах, таких як сімейне життя, дружба, робоче оточення та різноманітні соціальні групи.

Дослідження у психології міжособистісних стосунки допомагають розуміти, які чинники формують взаємодію між людьми. Наприклад, вони можуть вивчати вплив особистісних рис, комунікаційних навичок, емоційного інтелекту, ставлення до конфліктів та інших аспектів, які впливають на сприйняття та взаємодію між людьми. Ці дослідження спрямовані на покращення взаємодії в різних соціальних контекстах, виявлення проблемних аспектів міжособистісних відносин та розробки стратегій для покращення спілкування.

Ефективна комунікація є ключовим елементом здорових стосунків та може включати в себе як вербальні, так і невербальні способи вираження почуттів та думок.

Дослідження в галузі міжособистісних стосунків спрямовані на вивчення та покращення комунікаційних навичок, що може сприяти покращенню взаєморозуміння та зниженню конфліктів у відносинах.

У психології міжособистісних стосунків також вивчається взаємодія в романтичних стосунках. Дослідники вивчають фактори, такі як прив'язаність, рівень інтимності, спільні цінності та розвиненість емоційного інтелекту, що впливають на стосунки між партнерами. Ці дослідження дозволяють краще зрозуміти, як розвиваються та змінюються відносини, а також виявити фактори, які сприяють задоволенню та стабільності в таких стосунках.

Крім того, психологія міжособистісних стосунків вивчає динаміку родинних відносин. Родинне середовище відіграє важливу роль у розвитку особистості та формуванні міжособистісних навичок. Дослідження в цій галузі надають можливість краще зрозуміти взаємодію в родинному оточенні, структуру сімейних відносин, а також виявити способи покращення спілкування та взаєморозуміння в родині.

Вивчення навчальної дисципліни сприяє досягненню здобувачами таких ***результатів навчання:***

- ✔ Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.
- ✔ Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.
- ✔ Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.
- ✔ Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.
- ✔ Вживати ефективних заходів щодо збереження здоров’я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії

Мета навчання

Мета дисципліни – формування у майбутнього практичного психолога фундаментальних наукових психологічних уявлень про чинники, які формують взаємодію між людьми, оволодіння методиками покращення взаємодії між людьми в різних сферах життя та створення більш здорових та задовільних відносин.

Вивчення дисципліни сприяє набуттю здобувачами ***компетентностей:***

- ✔ Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ✔ Навички міжособистісної взаємодії.
- ✔ Здатність працювати в команді.
- ✔ Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.
- ✔ Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну діяльність
- ✔ Здатність дотримуватися норм професійної етики.

✔ Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку

Форми і методи навчання

Курс буде викладений для студентів денної форми навчання у формі лекцій (20 год.) та лабораторних занять (20 год.), організації самостійної роботи студентів в бібліотеках та комп'ютерних мережах (80 год.); для студентів заочної форми навчання - лекцій (6 год.) та лабораторних занять (6 год.), організації самостійної роботи студентів в бібліотеках та інтернет мережі (108 год.).

Методи навчання: словесні (лекція, пояснення, розповідь, дискусія, робота з підручниками, навчальними посібниками, науковими статтями; модерація обговорення/дискусії, евристична бесіда), наочні (ілюстрування, демонстрування технік роботи, самостійне спостереження. Презентація PowerPoint) практичні (методи і техніки самопізнання та психологічної допомоги). На лабораторних і практичних заняттях - робота з джерелами, проблемні ситуації, робота в парах, дискусія, тренінгові вправи, мозковий штурм; самостійна робота: опрацювання наукової літератури, нормативних документів, робота в Інтернеті.

Організація навчання

Теми лекцій

№	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Стереотипи міжособистісного сприймання.	2	2
2	Міжособистісна атракція.	2	2
3	Етапи розвитку міжособистісних стосунків.	4	2
4	Дружба і любов у різні вікові періоди.	4	-
5	Невротична / токсична любов і стосунки.	4	-
6	Еб'юзивні стосунки.	2	2
7	Маніпуляції в спілкуванні.	2	-
Разом		**20**	**6**

Теми лабораторних занять

№	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Стереотипи міжособистісного сприймання.	2	2
2	Міжособистісна атракція.	2	2
3	Етапи розвитку міжособистісних стосунків.	4	2
4	Дружба і любов у різні вікові періоди.	4	-
5	Невротична / токсична любов і стосунки.	4	-
6	Еб'юзивні стосунки.	2	2
7	Маніпуляції в спілкуванні.	2	-
Разом		**20**	**6**

Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом

Ведення психологічного словника, складання логічних схем до теми, заповнення порівняльних таблиць, анотування статей, опрацювання першоджерел тощо. Проходження навчальних програм на освітніх платформах чи інших ЗВО.

Теми для самостійної роботи

№	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Стереотипи міжособистісного сприймання.	10	10
2	Міжособистісна атракція.	10	14
3	Етапи розвитку міжособистісних стосунків.	14	10
4	Дружба і любов у різні вікові періоди.	10	20
5	Невротична / токсична любов і стосунки.	16	20
6	Еб'юзивні стосунки.	10	20
7	Маніпуляції в спілкуванні.	10	14
Разом		**80**	**108**

Оцінка

Підсумкова оцінка курсу буде обчислюватися з використанням таких складових:

Форма роботи	Вид роботи	Розподіл балів
Практична активність	Виступ з повідомленням	0-15
	Участь у дискусії	0-15
	Участь у роботі групи	0-15
	Головний доповідач/модератор питання	0-15
	РАЗОМ	**60**
Самостійна робота	Індивідуальний проєкт	0-5
	Доповідь з презентацією	0-5
	РАЗОМ	**10**
Залік		0-30
РАЗОМ		**100**

Політика курсу

Безпека – понад усе.

У разі включення сигналу «Повітряна тривога» під час очного навчання ви під керівництвом викладача повинні перейти до споруд цивільного захисту і перебувати в них до скасування сигналу.

У разі включення сигналу «Повітряна тривога» під час дистанційного навчання за вашим місцем перебування, ви маєте повідомити про це викладача та перейти до безпечного місця.

Відвідування та / або участь є важливим компонентом курсу. Проте, якщо Ви бажаєте навчатися дистанційно – всю навчальну діяльність, включно з виконанням і

поданням для оцінювання завдань, можна здійснювати у дистанційному режимі на платформі Уніком.

Якщо ви не були присутні на занятті через сигнал «Повітряна тривога», узгодьте з викладачем дистанційну форму виконання завдання.

Дедлайн. Крайньою межею здачі індивідуальної роботи є три дні до підсумкової форми контролю.

Переоцінка завдань можлива протягом тижня після отримання оцінки на основі заяви на ім'я завідувача кафедри у письмовій формі. Після отримання заяви, завідувач кафедри протягом тижня створить комісію з переоцінки, яка після проведення аналізу роботи студента повідомить його про своє рішення.

Перескладання здійснюється згідно з діючим положенням про організацію освітнього процесу в університеті. Перескладання екзамену відбувається за графіком, визначеним деканатом.

Академічна доброчесність та плагіат. Кожен здобувач вищої освіти повинен ознайомитися і слідувати нормам Положення НДУ імені Миколи Гоголя «Про академічну доброчесність» (http://www.ndu.edu.ua/storage/norm_baza/polozennia_pro_akademichny_dobrochesnist.pdf). Всю заплановану роботу студенти виконують самостійно. У разі виявлення несамостійного виконання завдання, результат анулюється, а робота повертається студенту на переопрацювання з дотриманням правил академічної доброчесності. Інформація про плагіат буде повідомлена декану та куратору.

Мобільні пристрої на заняттях використовуються з навчальною метою.

Поведінка в аудиторії. Поведінка здобувачів освіти визначається правилами техніки безпеки та загальноприйнятими нормами поведінки, які визначаються відповідно «Правилами внутрішнього розпорядку» (http://www.ndu.edu.ua/storage/norm_baza/pravula_rozporiadky.pdf), «Положенням про організацію освітнього процесу» (http://www.ndu.edu.ua/storage/norm_baza/onp2018.pdf) та «Етичним кодексом» (http://www.ndu.edu.ua/storage/norm_baza/etychkodex.pdf) ЗВО.

Вітається активність здобувача із планування освітнього процесу та участь у формальній та неформальній освіті.

Джерела для вивчення дисципліни

1. Ерейсмен Джерольд. Я ненавиджу тебе, але не покидай мене. Київ: Бук Чеф, 2023. 256 с.
2. Пищик О. В. Розвиток комунікативної культури. Методичні рекомендації для керівників закладів освіти. (І ч.) *Педагогічна майстерня.* Харків: Основа, 2018. №4 (88). С. 5 – 11.
3. Пищик О. В. Розвиток комунікативної культури. Методичні рекомендації для керівників закладів освіти. (ІІ ч.) *Педагогічна майстерня.* Харків: Основа, 2018. №9(93). С. 10 – 15.
4. Пищик О. В. Типи конфліктів та управління конфліктною ситуацією. *Педагогічна майстерня.* Харків: Основа, 2015. №12(60). С. 10- 19.
5. Станчишин В. Для стосунків потрібні двоє. Київ: Віхола, 2023. 280 с.
6. Фромм Е. Мистецтво любові. Київ: Книжковий Клуб сімейного дозвілля, 2017. 192 с.
7. Ялом І. Ліки від кохання та інші оповіді психотерапевта. Київ: Книжковий Клуб сімейного дозвілля, 2017. 416с.