

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича
Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
Кафедра практичної психології

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Декан факультету педагогіки,
психології та соціальної роботи

 Інна ПРОКОП

«27» серпня 2025 року

РОБОЧА ПРОГРАМА
навчальної дисципліни

Тренінг спілкування і мотивації

Вибіркова

Освітньо-професійна програма: **Менеджмент організацій і**
адміністрування

Спеціальність: **073 Менеджмент**

Галузь знань: **07 Управління та адміністрування**

Рівень вищої освіти: **другий (магістерський)**

Економічний факультет

Мова навчання: **українська**

Чернівці 2025 рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Тренінг спілкування та мотивації»
складена відповідно до освітньо-професійної програми «Менеджмент організацій
і адміністрування»

Розробник:

Матейчук Н.Г., асистент кафедри практичної психології

Викладач, що забезпечує читання даної навчальної дисципліни:

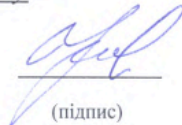
Матейчук Н.Г., асистент кафедри практичної психології

Погоджено з гарантом ОП  **Зоя ГАЛУШКА**
(підпис)

Погоджено методичною радою економічного факультету

Протокол № 1 від «27» серпня 2025 року

Голова методичної ради факультету



Ірина НИКИФОРАК

(підпис)

Затверджено на засіданні кафедри практичної психології

Протокол № 1 від «27» серпня 2025 року

Завідувач кафедри практичної психології



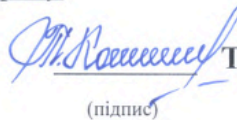
Валентина РАДЧУК

(підпис)

Схвалено методичною радою факультету педагогіки, психології та соціальної
роботи

Протокол № 1 від «27» серпня 2025 року

Голова методичної ради факультету



Тетяна КОЛТУНОВИЧ

(підпис)

Мета навчальної дисципліни «Тренінг спілкування та мотивації»: ознайомлення студентів із завданнями тренінгу, правилами роботи під час тренінгу, розкриття комунікативних навичок, формування умінь налагоджувати контакт з іншими людьми, формування умінь слухати учасників комунікативного простору та взаємодіяти як на вербальному та невербальному рівнях; оволодіння методами активізації мотивів людини і використання енергії активно діючих мотивів, а також оволодіння методами створення та посилення робочої мотивації.

Пререквізити. Курс «Тренінг спілкування та мотивації» передбачає тісний зв'язок із наступними дисциплінами: «Менеджмент організацій», «Самоменеджмент», «Управління проектами. Практикум», «Крос-культурні комунікації в менеджменті».

Результати навчання

Відповідно до освітньо-професійної програми «Менеджмент організацій і адміністрування» другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 073 «Менеджмент» здобувачі вищої освіти мають набути таких компетентностей та програмних результатів навчання:

Інтегральна компетентність - здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у сфері менеджменту або у процесі навчання, що передбачають проведення досліджень та/або здійснення інновацій за невизначеності умов і вимог.

Загальні компетентності:

ЗК2. Здатність до спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності).

ЗК3. Навички використання інформаційних та комунікаційних технологій.

ЗК4. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК5. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК6. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК7. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

Фахові компетентності:

СК3. Здатність до саморозвитку, навчання впродовж життя та ефективного самоменеджменту.

СК5. Здатність створювати та організовувати ефективні комунікації в процесі управління.

СК6. Здатність формувати лідерські якості та демонструвати їх в процесі управління людьми.

СК8. Здатність використовувати психологічні технології роботи з персоналом.

СК9. Здатність аналізувати й структурувати проблеми організації, приймати ефективні управлінські рішення та забезпечувати їх реалізацію.

СК 12*. Здатність вести пошук та налагоджувати ефективні комунікації з зовнішніми стейкхолдерами.

Програмні результати навчання:

ПРН7. Організувати та здійснювати ефективні комунікації всередині колективу, з представниками різних професійних груп та в міжнародному контексті.

ПРН9. Вміти спілкуватись в професійних і наукових колах державною та іноземною мовами.

ПРН10. Демонструвати лідерські навички та вміння працювати у команді, взаємодіяти з людьми, впливати на їх поведінку для вирішення професійних задач.

ПРН11. Забезпечувати особистий професійний розвиток та планування власного часу.

ПРН17* Проектувати індивідуальну освітню та професійну траєкторію, ефективно організувати колективну діяльність, застосовуючи лідерські, креативні та адаптивні (soft skills) якості, а також приймати обґрунтовані управлінські рішення (hard skills) у контексті сталого розвитку та соціальної відповідальності.

Опис навчальної дисципліни

Загальна інформація

Форма навчання	Рік підготовки	Семестр	Кількість		Кількість годин					Вид підсумкового контролю
			кредитів	годин	лекцій	семінарські	практичні	самостійна робота	індивідуальна робота	
Денна	2	6	4	120	-	-	28	88	4	залік

Структура змісту навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем навчальних занять	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		л	сем	практ	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ І. БАЗОВІ КОМУНІКАТИВНІ ІНСТРУМЕНТИ ТА ПСИХОЛОГІЯ ВЗАЄМОДІЇ						
Тема 1. Комунікація як основа взаємодії. Типи та бар'єри спілкування.	12	-	-	3	1	8
Тема 2. Вербальні й невербальні засоби комунікації.	12	-	-	3	-	9
Тема 3. Емпатія, емоційний	12	-	-	3	-	9

інтелект і регуляція емоцій у процесі спілкування.						
Тема 4. Асертивна поведінка та відстоювання особистих кордонів.	12	-	-	2	1	9
Тема 5. Конструктивна комунікація в конфліктних ситуаціях.	12	-	-	3	-	9
Разом за ЗМ1	60	-	-	14	2	44
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. МОТИВАЦІЯ: ТЕХНІКИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ВПЛИВУ НА ІНШИХ						
Тема 1. Теоретичні основи та діагностика мотивації.	12	-	-	3	-	9
Тема 2. Самомотивація та досягнення цілей.	12	-	-	3	-	9
Тема 3. Мотивація персоналу та командна взаємодія.	12	-	-	3	-	9
Тема 4. Емоційне вигорання та техніки психологічної саморегуляції.	12	-	-	2	1	9
Тема 5. Формування особистого плану розвитку та кар'єрної мотивації.	12	-	-	3	1	8
Разом за ЗМ2	60	-	-	14	2	44
Всього	120	-	-	28	4	88

Тематика практичних занять з переліком питань

Тема практичного заняття	План	Кількість годин
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. БАЗОВІ КОМУНІКАТИВНІ ІНСТРУМЕНТИ ТА ПСИХОЛОГІЯ ВЗАЄМОДІЇ		
Тема 1. Комунікація як	Поняття комунікації та її роль у професійній діяльності.	3

основа взаємодії. Типи та бар'єри спілкування.	Моделі комунікаційного процесу. Основні елементи комунікації. Психологічні бар'єри спілкування: когнітивні, емоційні, соціальні. Шляхи подолання бар'єрів ефективного спілкування. Комунікативна компетентність сучасного фахівця.	
Тема 2. Вербальні й невербальні засоби комунікації.	Вербальні засоби комунікації. Поняття невербальної комунікації та її значення у взаємодії. Основні види невербальних сигналів: міміка, жести, поза, дистанція, дотик. Паралінгвістичні особливості мовлення (темп, гучність, паузи). Взаємозв'язок вербальних і невербальних компонентів повідомлення. Поняття конгруентності комунікації. Техніки активного слухання як основа ефективної взаємодії.	3
Тема 3. Емпатія, емоційний інтелект і регуляція емоцій у процесі спілкування.	Поняття емпатії: види, рівні, механізми. Емоційний інтелект (EQ): структура та моделі. Зв'язок емоційного інтелекту з ефективністю комунікації. Емоційна саморегуляція як навичка професійної зрілості. Техніки розвитку емпатії у міжособистісному спілкуванні. Роль емоцій у міжособистісному впливі та прийнятті рішень.	3
Тема 4. Асертивна поведінка та відстоювання особистих кордонів.	Поняття асертивності: психологічна сутність і прояви. Типи поведінки: пасивна, агресивна, асертивна. Права особистості в комунікації: «Я маю право...». Техніка «Я-висловлювання» у професійному спілкуванні. Стратегії збереження особистих меж у колективі. Вплив самооцінки на асертивну поведінку.	2
Тема 5. Конструктивна комунікація в конфліктних ситуаціях.	Конфлікт як соціально-психологічне явище: структура та динаміка. Основні стратегії поведінки у конфлікті. Принципи конструктивної комунікації у складних ситуаціях. Методи переговорів і медіації. Емоційна регуляція під час конфлікту.	3
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. МОТИВАЦІЯ: ТЕХНІКИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ВПЛИВУ НА ІНШИХ		
Тема 1. Теоретичні основи та діагностика мотивації.	Поняття мотивації та мотиву. Класифікації мотивів діяльності. Змістові теорії мотивації (Маслоу, Герцберг, МакКлелланд, Альдерфер). Процесуальні теорії мотивації (Врум, Портер–Лоулер, Адамс). Методи діагностики мотивації персоналу. Роль мотивації у підвищенні ефективності професійної діяльності.	3
Тема 2. Самомотивація та досягнення цілей.	Психологічні механізми самомотивації. Моделі постановки цілей. Саморегуляція та самоконтроль у досягненні результатів. Перешкоди самомотивації:	3

	прокрастинація, емоційне виснаження. Техніки розвитку внутрішньої мотивації (аутотренінг, візуалізація, афірмації).	
Тема 3. Мотивація персоналу та командна взаємодія.	Внутрішні й зовнішні чинники мотивації персоналу. Командна динаміка та ролі в групі. Роль керівника у підтриманні мотивації команди. Психологічні методи впливу та натхнення персоналу.	3
Тема 4. Емоційне вигорання та техніки психологічної саморегуляції.	Поняття емоційного вигорання: причини, етапи, наслідки. Психологічні чинники стресостійкості. Методи профілактики вигорання. Психотехніки саморегуляції: дихальні, тілесно-орієнтовані, когнітивні. Концепція «ресурсного стану» особистості.	2
Тема 5. Формування особистого плану розвитку та кар'єрної мотивації.	Кар'єра як форма професійної самореалізації. Самоаналіз професійних здібностей і ресурсів. Планування професійного розвитку: цілі, етапи, критерії. Методи підвищення кар'єрної мотивації та самопрезентації.	3

Індивідуальні науково-дослідні завдання

1. Підготувати доповідь на тему: «Вплив спілкування на формування особистості».
2. Підготувати презентацію на тему: «Методи усвідомлення страхів у стосунках з іншими людьми».
3. Прорецензувати три наукові статті про методи формування навичок співпраці.
4. Провести пошукову інформаційну роботу на тему: «Особливості конфліктів на різних стадіях розвитку тренінгової групи».
5. Підготувати доповідь на тему: «Стратегії та техніки управління конфліктами в тренінговій групі».
6. У фахових виданнях знайти статті про способи подолання міжособистісного та внутрішньоособистісного конфлікту.
7. Підготувати реферат на тему: «Тренінг як метод практичної психології».
8. Провести пошукову інформаційну роботу на тему: «Вплив стилю керівництва на ефективність тренінгової групи».
9. Підготувати доповідь на тему: «Критерії оцінки ефективності роботи тренера в тренінговій групі».
10. Скласти план-проспект експериментального дослідження методів самопізнання.
11. Провести пошукову інформаційну роботу на тему: «Методи розвитку комунікативних умінь у тренінговій групі».
12. Підготувати презентацію на тему: «Програма тренінгу з розвитку комунікативних умінь».
13. Визначити структуру фахової компетентності тренера по комунікативним вмінням.
14. Провести пошукову інформаційну роботу на тему: «програми тренінгу партнерського спілкування для психологів».
15. Підготувати доповідь на тему: «Прогностичні параметри та принципи формування психологічної сутності мотивів».

16. Провести пошукову інформаційну роботу на тему: «Форми організації мотиваційного процесу».
17. Провести пошукову інформаційну роботу на тему: «Програми тренінгу мотивації для різних цільових груп».
18. Підготувати реферат на тему: «Типи мотиваційних утворень та їх вплив на поведінку».
19. Підготувати презентацію на тему: «Семикроковий алгоритм діагностичних дій на визначення актуальних цінностей (за С. Скоттом)».
20. Провести пошукову інформаційну роботу на тему: «Техніки тренінгової роботи для розвитку конкретних навичок».
21. Підготувати доповідь на тему: «Правила процесу антипрокрастинації».
22. Самостійно спланувати дослідження для вивчення ефективності «Рефлексивно-інструментального психотехнічного пакету методів підвищення особистісної ефективності».

Вимоги до написання реферату:

- обсяг – 9-10 сторінок друкованого тексту,
- 1-ша сторінка – титульна;
- 2-га сторінка – зміст;
- 3-тя сторінка – вступ;
- 4-7-ма сторінки – виклад матеріалу;
- 8-ма сторінка – висновки;
- 9-та сторінка – список використаної літератури;
- посилання у тексті ([порядковий номер у списку літератури; сторінка, з якої процитовано]).

Самостійна робота студентів

Назва теми	Кількість год. Денна форма Н-я
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ І. БАЗОВІ КОМУНІКАТИВНІ ІНСТРУМЕНТИ ТА ПСИХОЛОГІЯ ВЗАЄМОДІЇ	
Тема 1. Комунікація як основа взаємодії. Типи та бар'єри спілкування.	8
Тема 2. Вербальні й невербальні засоби комунікації.	9
Тема 3. Емпатія, емоційний інтелект і регуляція емоцій у процесі спілкування.	9
Тема 4. Асертивна поведінка та відстоювання особистих кордонів.	9
Тема 5. Конструктивна комунікація в конфліктних ситуаціях.	9
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. МОТИВАЦІЯ: ТЕХНІКИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ВПЛИВУ НА ІНШИХ	
Тема 1. Теоретичні основи та діагностика мотивації.	9
Тема 2. Самомотивація та досягнення цілей.	9
Тема 3. Мотивація персоналу та командна взаємодія.	9
Тема 4. Емоційне вигорання та техніки психологічної саморегуляції.	9
Тема 5. Формування особистого плану розвитку та кар'єрної мотивації.	8
Всього годин	88

Завдання для самостійної роботи студентів

Назва теми	Завдання для самостійної роботи
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. БАЗОВІ КОМУНІКАТИВНІ ІНСТРУМЕНТИ ТА ПСИХОЛОГІЯ ВЗАЄМОДІЇ	
<p>Тема 1. Комунікація як основа взаємодії. Типи та бар'єри спілкування.</p>	<p>Скласти ментальну карту «Процес комунікації», відобразивши основні етапи, типи, учасників і бар'єри спілкування.</p> <p>Створити таблицю «Порівняння типів комунікації (міжособистісна, ділова, масова, внутрішньоособистісна)» за критеріями: мета, форма, засоби, приклади.</p> <p>Підготувати аналітичну нотатку «Типові комунікативні бар'єри в професійній діяльності менеджера та шляхи їх подолання».</p> <p>Провести самооцінку власного стилю спілкування (за будь-якою відомою методикою) та зробити висновки щодо його сильних і слабких сторін.</p> <p>Написати есе «Як комунікація впливає на ефективність командної взаємодії».</p>
<p>Тема 2. Вербальні й невербальні засоби комунікації.</p>	<p>Скласти таблицю «Види невербальних засобів комунікації» (міміка, жести, пози, інтонація, простір, дотик, зоровий контакт) з прикладами.</p> <p>Підготувати аналітичний огляд «Вплив невербальної поведінки на сприйняття співрозмовника».</p> <p>Розробити схему «Структура вербального повідомлення: логіка, емоційність, стиль, чіткість».</p> <p>Провести спостереження за невербальними проявами людей у різних комунікативних ситуаціях (навчання, робота, побут) та зробити короткий опис результатів.</p> <p>Створити глосарій з основних понять теми (вербальна комунікація, невербальна комунікація, кінесика, проксеміка, паралінгвістика тощо).</p>
<p>Тема 3. Емпатія, емоційний інтелект і регуляція емоцій у процесі спілкування.</p>	<p>Скласти таблицю «Компоненти емоційного інтелекту» за Д. Гоулманом, охарактеризувавши кожен.</p> <p>Виконати тест на визначення рівня емоційного інтелекту, зробити інтерпретацію результатів і сформулювати план саморозвитку.</p> <p>Розробити схему «Взаємозв'язок емпатії, емоцій та ефективності спілкування».</p> <p>Підготувати аналітичну роботу «Методи розвитку емоційної саморегуляції у професійній діяльності».</p> <p>Написати есе «Роль емпатії у побудові довірливих стосунків».</p>
<p>Тема 4. Асертивна поведінка та відстоювання особистих кордонів.</p>	<p>Провести тестування власного рівня асертивності (за будь-якою психодіагностичною методикою) і проаналізувати результати.</p> <p>Скласти таблицю «Відмінності між асертивною, агресивною та пасивною поведінкою».</p>

	<p>Розробити короткий алгоритм «Як навчитися говорити “ні” без почуття провини».</p> <p>Підготувати приклади типових ситуацій з практики, де потрібна асертивна поведінка, та описати можливі реакції.</p> <p>Написати есе «Асертивність як ключова компетенція сучасного фахівця».</p>
<p>Тема 5. Конструктивна комунікація в конфліктних ситуаціях.</p>	<p>Розробити схему «Етапи розвитку конфлікту».</p> <p>Скласти таблицю «Стратегії поведінки в конфлікті (за К. Томасом)» з описом їхніх переваг і недоліків.</p> <p>Провести аналіз власного стилю поведінки в конфлікті, використовуючи відповідний тест.</p> <p>Підготувати аналітичну роботу «Психологічні техніки деескалації конфлікту».</p> <p>Написати есе «Конфлікт як ресурс розвитку міжособистісних відносин».</p>
<p>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. МОТИВАЦІЯ: ТЕХНІКИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ВПЛИВУ НА ІНШИХ</p>	
<p>Тема 1. Теоретичні основи та діагностика мотивації.</p>	<p>Скласти таблицю «Основні теорії мотивації» (Маслоу, Герцберг, МакКлелланд, Врум, Адамс, Лок) з короткою характеристикою.</p> <p>Провести тестування власних мотиваційних орієнтацій (будь-яка діагностична методика) і зробити висновки.</p> <p>Підготувати аналітичну роботу «Фактори, що впливають на мотивацію працівників».</p> <p>Розробити схему «Процес формування мотиву поведінки».</p> <p>Написати есе «Мотивація як рушійна сила професійного розвитку».</p>
<p>Тема 2. Самотивація та досягнення цілей.</p>	<p>Розробити власну систему самотивації, визначивши джерела внутрішньої енергії та натхнення.</p> <p>Скласти таблицю «Техніки підвищення самотивації» з описом способів їх застосування.</p> <p>Створити схему «Алгоритм SMART-цілей у професійному розвитку».</p> <p>Підготувати аналіз особистих цілей на найближчий рік за критеріями досяжності, реалістичності, мотиваційної привабливості.</p> <p>Написати есе «Що мене мотивує до досягнення результатів?».</p>
<p>Тема 3. Мотивація персоналу та командна взаємодія.</p>	<p>Скласти таблицю «Інструменти матеріальної та нематеріальної мотивації персоналу».</p> <p>Підготувати аналітичну роботу «Вплив стилю лідерства на мотивацію працівників».</p> <p>Розробити схему «Етапи формування команди та роль мотивації на кожному етапі».</p> <p>Провести міні-дослідження: проаналізувати систему мотивації в реальній організації (за відкритими джерелами).</p> <p>Підготувати презентацію «Як створити мотивовану команду».</p>
<p>Тема 4. Емоційне вигорання та техніки психологічної саморегуляції.</p>	<p>Пройти тест на визначення рівня емоційного вигорання (за К. Маслач або В. Бойком), проаналізувати результати.</p> <p>Скласти таблицю «Основні стадії емоційного вигорання» з описом симптомів.</p> <p>Розробити особистий план профілактики вигорання.</p>

	<p>Підготувати аналітичну роботу «Методи психологічної саморегуляції у професійній діяльності».</p> <p>Написати есе «Як я відновлюю свої ресурси після стресу».</p>
<p>Тема 5. Формування особистого плану розвитку та кар'єрної мотивації.</p>	<p>Розробити власну карту кар'єрного розвитку з коротко-, середньо- і довгостроковими цілями.</p> <p>Скласти таблицю «Типи кар'єрних орієнтацій (за Е. Шейном)» з описом їхніх характеристик.</p> <p>Підготувати аналітичну роботу «Професійна ідентичність як фактор мотивації до розвитку».</p> <p>Розробити резюме та коротку самопрезентацію у форматі «Я як майбутній фахівець».</p> <p>Написати есе «Моя стратегія професійного зростання».</p>

Методи навчання

У процесі викладання навчальної дисципліни використовуються:

1) *традиційні дидактичні методи та прийоми*:

- *словесні*: розповідь, повідомлення, опитування;
- *наочні*: метод демонстрацій (використання ілюстрованих посібників, таблиць, замальовок на дошці тощо, задіяння комп'ютерної та мультимедійної техніки, демонстрація мультимедійних презентацій тощо);
- *практичні*: вправи, практичні роботи тощо.

2) *інноваційні методи навчання*: особистісно-орієнтоване навчання, навчання у співпраці, ситуаційне навчання, дистанційне навчання (згідно розпоряджень щодо організації освітнього процесу), перевернутий клас (flipped classroom), метод проєктів;

3) *інтерактивні методи навчання*: корпоративне навчання (навчання в парах, робота в малих групах), стимулювання творчої активності студентів (цікаві аналогії; фасилітована дискусія, вирішення ситуативних задач (Case study)).

Система контролю та оцінювання

Оцінювання поточної навчальної діяльності, підсумкового контролю та дисципліни в цілому здійснюється відповідно до «Положення про контроль і систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича (протокол №2 від 24 лютого 2020 року).

<https://drive.google.com/file/d/1aDDzrMzuZ7OA1CervuLzeYLOEosLySV/view>.

Методи контролю

- *поточний контроль передбачає*:

- усне опитування студентів практичних заняттях (індивідуальне, фронтальне);
- письмовий контроль (практичні завдання, самостійна робота, реферат);
- тестовий/машинний контроль (стандартизовані тести у системі Moodle).

- *рубіжний контроль передбачає*: письмова контрольна робота у кінці модуля.

Загальна сума балів за всі виконані завдання, види робіт, передбачені планом практичних занять, самостійної роботи студентів, письмових контрольних робіт у кінці модулів становить 60 балів.

- *підсумковий контроль* (максимально – 40 балів) проводиться у формі іспиту з навчальної дисципліни в обсязі навчального матеріалу, передбаченого робочою програмою навчальної дисципліни.

Форми контролю

- *індивідуальний контроль* (кожен студент отримує завдання, яке він повинен виконати без сторонньої допомоги);

- *груповий контроль* (група тимчасово поділяється на кілька підгруп (від 2 до 10 студентів) і кожній підгрупі дається перевірочне завдання. Залежно від мети контролю групам пропонують однакові або різні завдання);
- *фронтальний контроль* (завдання пропонуються всій групі для з'ясування правильності сприйняття й розуміння навчального матеріалу, виявлення слабких сторін у знаннях студентів, недоліків, прогалин, помилок у роботах і відповідях та визначення заходів щодо їх подолання й усунення);
- *взаємний контроль* (активізує діяльність студентів, підвищує інтерес до знань, критичне мислення);
- *самоконтроль/програмований контроль* (можливість самостійно перевірити правильність відповіді чи виконаного завдання. Використовується для організації фронтальної роботи і колективного обговорення індивідуально одержаних результатів).

**Критерії оцінювання поточного та підсумкового контролю
Розподіл балів, які отримують студенти**

Поточне тестування та самостійна робота										Залік	Сума
Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2						
T1	T2	T3	T4	T5	T1	T2	T3	T4	T5	40	100
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6		

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C	задовільно	
69-74	D		
50-68	E	незадовільно з можливістю повторного складання	незараховано з можливістю повторного складання
35-59	FX		
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	незараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

A – «зараховано» – якщо студент набрав 90–100 балів, глибоко і всебічно знає зміст питань курсу; логічно мислить і будує відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, демонструє високий рівень компетентності; здатний передбачати, прогнозувати, вирішує проблемні завдання.

В – «зараховано» – коли студент набрав 80–89 балів, правильно, логічно відтворює навчальний матеріал, розуміє основоположні теорії і факти. Вміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних думок, застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, частково контролює власні навчальні дії.

С – «зараховано» – коли студент набрав 70–79 балів, знає навчальний матеріал; оволодів досконало практичними навичками; аргументовано викладає матеріал, висловлює свої міркування про ті чи інші методичні підходи, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу.

Д – «зараховано» – якщо студент набрав 60–69 балів, в основному знає зміст питань курсу, але непереконаливо відповідає, плутає поняття; невпевнено виконує практичні завдання, допускає неточності у теоретичних знаннях; не вміє оцінювати педагогічні та методичні явища, встановлювати взаємозв'язок теорії та практики

Е – «зараховано» – якщо студент набрав 50–59 балів, знає близько половини навчального матеріалу, здатний відтворити його відповідно до пояснення викладача; розуміє основний навчальний матеріал, здатний з помилками й неточностями дати визначення понять; виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу. Відповідь його правильна, але недостатньо осмислена. З допомогою викладача здатний аналізувати, порівнювати, узагальнювати та робити висновки. Вміє застосовувати знання при розв'язуванні задач.

ФХ – «не зараховано з можливістю повторного складання» – коли студент набрав 35–49 балів, не опанував зміст курсу, вкрай слабо володіє теоретичними знаннями, не знає наукових фактів визначень; виявляє низький рівень навичок пояснення і обґрунтування фахових явищ і ситуацій. Часто пропускав лекції та практичні заняття.

Г – «не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» – якщо студент набрав 1–34 бали, не опанував зміст курсу, не знає наукових фактів, визначень, правил та законів. Відсутнє загальногуманітарне та наукове мислення, практичними навичками не володіє. Часто пропускав лекції та практичні заняття.

Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів за результатами поточного контролю

Навчальні досягнення студентів оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок; розширення кількості підсумкових балів до 100.

Поточний контроль проводиться на всіх видах аудиторних занять. Основна мета поточного контролю забезпечення зворотного зв'язку між викладачем та студентами у процесі навчання, забезпечення управління навчальною мотивацією студентів.

Методи поточного контролю

Усне опитування - бесіда, розповідь студента, роз'яснення. Основою метою усного контролю слугує монологічна відповідь студента або запитально-відповідальна форма - бесіда. Усний контроль, як поточний, проводиться на кожному занятті в індивідуальній, фронтальній або комбінованій формах.

Розподіл балів:

2 бали - відповідь виявляє повні, ґрунтовні знання студента з поставленого питання; студент розуміє місце даних знань у системі вже наявної у нього інформації; чітко знає, як ці знання можуть бути застосовані на практиці;

1 бал - відповідь студента недостатньо повна, однак, в основному, правильна; студент не розуміє місце даних знань у системі вже наявної у нього інформації, але, в основному, орієнтується у тому, як вони можуть бути застосовані на практиці;

0 балів - відповідь неправильна; студент не розуміє доцільність даних знань для практичної діяльності.

Доповнення на практичному занятті

1 бал отримує студент, який активно включений в тематичну дискусію і готовий висловити свої міркування, посилаючись на літературні джерела та власний аналіз.

Тематичне тестування - це набір стандартизованих завдань із визначеного матеріалу, який встановлює ступінь засвоєння його студентами. Перевага тестів у їх об'єктивності, тобто незалежності перевірки та оцінки знань від викладача.

Розподіл балів:

3 бали отримує студент, який на 90% справився із завданнями;

2 бали отримує студент, який на 75% справився із завданнями;

1 бал отримує студент, який на 50% справився із завданням.

Виконання завдань практичної роботи

Розподіл балів:

3 бали - активна участь у роботі на практичному занятті; правильне розв'язання практичних завдань із незначними неточностями;

2 бали - активна участь у роботі на практичному занятті; правильне розв'язання практичних завдань із незначними неточностями та порушенням логіки викладення відповіді;

1 бал - розв'язання практичних завдань з грубими помилками, без обґрунтування.

Підготовка мультимедійної презентації за темою

Розподіл балів:

4 бали: у презентації відображено глибоке, чітке розуміння та усвідомлення матеріалу, аналітичний та творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проблеми. Малюнки, звуки, фото, анімації - у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю, логічністю та послідовністю.

3 бали: у презентації містяться важливі твердження щодо проблемних питань, презентація має в основі декілька ключових положень, які неповністю розкривають її тематику; прослідковується певна логічна структура в розміщенні інформації; презентація починається із вступу, надає інформацію в певному порядку і завершується викладенням важливих наукових моментів та висновків; неповністю представлені інформаційні джерела або не всі правильно оформлені.

2 бали: презентація сфокусована на темі, але поверхнево висвітлює її; естетичний вигляд незадовільний (відсутня чітка структура розміщення інформації, недоречна графіка оформлення); важко вловити структуру подання інформації; немає посилань на використані джерела або не всі правильно оформлені.

1 бал: завдання виконане частково; презентація студента не містить відповідь на поставлене завдання, не є аргументованою; не містить посилань на джерела, що вивчаються; не містить аналізу відповідних теорій, концепцій, наукових течій, свідчить про наявність значних прогалин у знаннях студента, викладена з порушенням логіки подання матеріалу, містить багато граматичних, грубих стилістичних помилок та виправлень.

Написання та захист реферату

За змістом реферат може бути аналітичним оглядом історії вивчення питання або сучасного її стану, критичним аналізом наукової дискусії (зіставлення різних підходів до вирішення наукової проблеми), а також у вигляді розгорнутої рецензії конкретної наукової роботи. Структура реферату містить такі елементи: титульна сторінка; план; вступ; основна частина (розділи, пункти і підпункти); висновки; список використаних джерел; додатки.

Розподіл балів:

4-5 балів - реферат підготовлений самостійно; відповідає запропонованій у програмі тематиці, відповідає структурі подібних наукових робіт, містить ґрунтовний аналіз проблеми за найновішими чи (і) фундаментальними класичними публікаціями, містить

посилання на літературні джерела; проблематика висвітлена у рефераті у повній мірі; за рефератом зроблено змістовну лаконічну доповідь, яка продемонструвала ґрунтовні знання студента з даної проблеми.

2-3 бали - реферат підготовлений самостійно; відповідає запропонованій у програмі тематиці, відповідає структурі подібних наукових робіт, містить стислий виклад проблеми; посилання на застарілі літературні джерела або ж на сумнівні електронні ресурси; за рефератом зроблено доповідь, яка продемонструвала задовільні знання студента з даної проблеми.

1 бал - реферат підготовлений несамотійно; він не відповідає запропонованій у програмі тематиці, не відповідає структурі подібних наукових робіт, містить стислий виклад проблеми, однак, не містить посилання на літературні джерела; студент не може доповісти за темою реферату, оскільки не має достатніх знань з даної проблеми.

Модуль-контроль: контрольна робота є складовою поточного контролю і здійснюється через проведення аудиторної письмової роботи на останньому практичному занятті в межах окремого залікового модуля. Шляхом написання контрольної роботи здійснюється перевірка знань студентів з обсягу опрацьованого на практичних заняттях та засвоєного у звітний модульний період матеріалу.

Розподіл балів:

5 балів отримують студенти, які повно та ґрунтовно розкрили теоретичні питання, використавши при цьому не лише обов'язкову, а й додаткову літературу;

4 бали отримують студенти, які в цілому розкрили теоретичні питання, однак, допустивши деякі неточності.

3 бали отримують студенти, які правильно визначили сутність питання, розкривши його лише частково і допустивши при цьому окремі помилки;

2 бали отримують студенти, які правильно визначили сутність питання, недостатньо або поверхово розкривши більшість його окремих положень і допустивши при цьому окремі помилки;

1 бал отримують студенти, які поверхово розкрили лише окремі положення окремого питання і допустили при цьому певні суттєві помилки, котрі значно вплинули на загальне розуміння питання.

Завдання контрольних робіт розміщені в системі електронного навчання Moodle за посиланням: <https://moodle.chnu.edu.ua/course/view.php?id=5243>

Зміст завдань для практичних занять

Завдання для практичних занять розміщені в системі електронного навчання Moodle за посиланням: <https://moodle.chnu.edu.ua/course/view.php?id=5243>

Зразки завдань:

Змістовий модуль 1. Базові комунікативні інструменти та психологія взаємодії.

Завдання 1: "Мій емоційний стан": Намалуйте або опишіть свій емоційний стан на початку тренінгу. Поділіться з групою, що ви відчуваєте та що на це вплинуло.

Завдання 2: "Очікування від тренінгу": Напишіть на стікерах свої очікування від тренінгу та розмістіть їх на дошці. Обговоріть, які очікування є спільними та як можна їх реалізувати.

Завдання 3: "Самопрезентація": Підготуйте коротку самопрезентацію, в якій розкажіть про себе, свої інтереси та очікування від тренінгу. Використовуйте незвичайні способи представлення (наприклад, вірші, пісні, малюнки).

Завдання 4: "Знайомство через інтерв'ю": Об'єднайтесь у пари та візьміть інтерв'ю один в одного. Потім представте свого партнера групі, розповівши про його інтереси та очікування.

Завдання 5: "Створення кодексу групи": Розділіться на малі групи та складіть список правил, які, на вашу думку, необхідні для ефективного роботи тренінгової групи. Потім обговоріть та об'єднайте ці списки в один загальний кодекс.

Завдання 6: "Рольова гра "Порушення правил"": Розіграйте ситуації, в яких порушуються різні правила групи. Обговоріть, які наслідки це може мати для групи та як можна запобігти подібним ситуаціям.

Завдання 7: "Правила в малюнках": Зобразити у вигляді малюнків основні правила групи.

Завдання 8: "Автопортрет у спілкуванні": Намалюйте свій "автопортрет" у спілкуванні, використовуючи символи, кольори та образи. Потім поділіться з групою, що виобразили, і як це відображає ваш стиль спілкування.

Завдання 9: "Коло спілкування": Намалюйте коло і розмістіть у ньому людей, з якими ви найчастіше спілкуєтеся. Оцініть, які ролі ви виконуєте в кожному з цих відносин.

Завдання 10: "Інтерв'ю з самим собою": Напишіть список запитань, які ви хотіли б задати собі про своє спілкування та самопізнання. Потім дайте відповіді на ці запитання.

Критерії оцінювання самостійної роботи студентів

3 бали - робота виконана самостійно і правильно, відображає належний рівень теоретичних знань і практичних навичок, вимоги академічної доброчесності строго дотримані;

2 бали - робота виконана самостійно, містить несуттєві помилки, відображає належний рівень теоретичних знань і практичних навичок, вимоги академічної доброчесності строго дотримані;

1 бал - робота виконана, але містить помилки, відображає недостатній рівень теоретичних знань і практичних навичок, частково дотримані вимоги академічної доброчесності;

Критерії оцінювання результатів навчання з навчальної дисципліни на підсумковому контролі

Максимальна оцінка, яку студент може отримати за виконання залікової роботи, складає 40 балів. Залікова робота містить 30 тестових завдань, кожне з яких оцінюється в 1 бал, 1 проведена з групою вправа, яка оцінюється в 10 балів. Підсумкова кількість балів з дисципліни визначається як сума балів поточного контролю (максимум 60 балів) та заліку (40 балів).

Перелік питань для самоконтролю та підсумкового контролю навчальних досягнень студентів

1. Дайте визначення поняттю «комунікація» у психологічному контексті.
2. Охарактеризуйте основні етапи комунікативного процесу.
3. Проаналізуйте функції комунікації в професійній діяльності.
4. Визначте відмінності між міжособистісною, масовою та діловою комунікацією.
5. Дайте характеристику основним типам комунікації за спрямованістю.
6. Опишіть сутність комунікативних бар'єрів.
7. Проаналізуйте психологічні чинники виникнення бар'єрів у спілкуванні.
8. Обґрунтуйте способи подолання комунікативних бар'єрів.
9. Дайте характеристику зовнішніх і внутрішніх факторів ефективності комунікації.
10. Охарактеризуйте значення зворотного зв'язку у процесі спілкування.
11. Розкрийте зміст поняття «вербальна комунікація».
12. Дайте визначення невербальної комунікації.
13. Охарактеризуйте основні види невербальних засобів спілкування.
14. Проаналізуйте роль інтонації у процесі комунікації.
15. Охарактеризуйте значення міміки та жестів у вираженні емоцій.
16. Визначте поняття «проксемика» та її роль у спілкуванні.
17. Проаналізуйте, як поза, погляд і рухи тіла передають ставлення до співрозмовника.
18. Дайте характеристику типових помилок невербальної поведінки.

19. Обґрунтуйте важливість узгодження вербальних і невербальних сигналів.
20. Охарактеризуйте методи розвитку усвідомленої невербальної поведінки.
21. Дайте визначення поняттю «емпатія».
22. Охарактеризуйте структурні компоненти емпатії.
23. Проаналізуйте роль емпатії в ефективному спілкуванні.
24. Розкрийте зміст поняття «емоційний інтелект».
25. Дайте характеристику основним складовим емоційного інтелекту (за Д. Гоулманом).
26. Визначте відмінності між емоційним та раціональним інтелектом.
27. Проаналізуйте основні методи розвитку емпатійності.
28. Дайте характеристику поняттю «емоційна саморегуляція».
29. Охарактеризуйте прийоми регуляції емоційних станів у спілкуванні.
30. Обґрунтуйте вплив емоційного інтелекту на командну взаємодію.
31. Дайте визначення поняттю «асертивність».
32. Охарактеризуйте відмінності між асертивною, агресивною та пасивною поведінкою.
33. Проаналізуйте психологічні механізми формування асертивної поведінки.
34. Дайте характеристику поняттю «особисті кордони».
35. Визначте ознаки порушення особистих кордонів у спілкуванні.
36. Обґрунтуйте ефективні способи відстоювання власної позиції.
37. Проаналізуйте значення асертивності в професійній діяльності психолога.
38. Охарактеризуйте вправи для розвитку асертивності.
39. Дайте характеристику вмінню відмови як елементу психологічної зрілості.
40. Проаналізуйте культурні особливості вираження асертивності.
41. Дайте визначення поняттю «конфлікт» у міжособистісному спілкуванні.
42. Проаналізуйте основні причини виникнення конфліктів.
43. Охарактеризуйте етапи розвитку конфліктної ситуації.
44. Дайте характеристику стилям поведінки у конфлікті (за К. Томасом).
45. Обґрунтуйте переваги стратегії співпраці у вирішенні конфліктів.
46. Охарактеризуйте техніки конструктивного вирішення конфліктів.
47. Проаналізуйте роль емоцій у динаміці конфлікту.
48. Дайте характеристику поняттю «компроміс».
49. Охарактеризуйте роль лідера у врегулюванні конфліктних ситуацій.
50. Обґрунтуйте значення психологічної гнучкості у процесі конфліктного спілкування.
51. Дайте визначення поняттю «мотивація».
52. Охарактеризуйте функції мотивації у поведінці людини.
53. Визначте співвідношення понять «мотив» і «потреба».
54. Проаналізуйте основні положення теорії потреб А. Маслоу.
55. Дайте характеристику двофакторної теорії мотивації Ф. Герцберга.
56. Охарактеризуйте ідеї теорії набутих потреб Д. МакКлелланда.
57. Проаналізуйте основні положення теорії очікувань В. Врума.
58. Охарактеризуйте суть теорії справедливості Дж. Адамса.
59. Дайте характеристику теорії постановки цілей Е. Лока.
60. Обґрунтуйте взаємозв'язок внутрішньої та зовнішньої мотивації.
61. Дайте визначення поняттю «самотивація».
62. Охарактеризуйте джерела внутрішньої мотивації.
63. Проаналізуйте роль цінностей у процесі самотивації.
64. Охарактеризуйте техніки підтримання високого рівня мотивації.
65. Дайте характеристику явищу прокрастинації.
66. Проаналізуйте вплив постановки цілей на ефективність діяльності.
67. Обґрунтуйте сутність SMART-моделі формулювання цілей.
68. Визначте критерії формування професійних пріоритетів.

69. Проаналізуйте внутрішні бар'єри, що перешкоджають досягненню цілей.
70. Обґрунтуйте взаємозв'язок самомотивації та емоційної стабільності.
71. Охарактеризуйте чинники, що впливають на мотивацію працівників.
72. Дайте визначення поняттю «матеріальна мотивація».
73. Проаналізуйте основні форми нематеріальної мотивації.
74. Обґрунтуйте вплив стилю керівництва на мотивацію колективу.
75. Охарактеризуйте поняття «мотивуюче середовище».
76. Визначте принципи побудови системи заохочень у колективі.
77. Проаналізуйте відмінності між індивідуальною та командною мотивацією.
78. Охарактеризуйте роль відчуття причетності у мотивації персоналу.
79. Дайте характеристику типових помилок у системі мотивації.
80. Обґрунтуйте роль лідера у формуванні командної мотивації.
81. Дайте визначення поняттю «емоційне вигорання».
82. Охарактеризуйте основні симптоми емоційного вигорання.
83. Проаналізуйте стадії розвитку емоційного вигорання.
84. Визначте чинники, що сприяють виникненню емоційного виснаження.
85. Обґрунтуйте взаємозв'язок мотивації та профілактики вигорання.
86. Охарактеризуйте техніки психологічної саморегуляції.
87. Проаналізуйте значення балансу між роботою і відпочинком.
88. Дайте характеристику впливу стресу на професійну діяльність.
89. Охарактеризуйте методи самопідтримки особистості психолога.
90. Обґрунтуйте критерії оцінки власної психологічної стійкості.

Зарахування результатів неформальної освіти

Здобувач вищої освіти має право на визнання результатів навчання (умінь, компетентностей) у неформальній/інформальній освіті, що за тематикою й змістом відповідають як навчальній дисципліні загалом, так і її окремим темам, індивідуальним завданням.

У межах поточного контролю до рейтингу студента можуть зараховуватися додаткові бали за умови наявності у нього сертифікату про результати неформальної/інформальної освіти курсу:

- «Положення про організацію освітнього процесу у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича» (П.7)

<https://www.chnu.edu.ua/media/mp1hio45/polozhennia-pro-osvitnii-protses.pdf>

- «Порядок визнання у Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти»

<https://www.chnu.edu.ua/media/4g5fzssb/poriadok-vyznannia-rezultativ-navchannia-zdobutykh-shliakhom-neformalnoi-ta-abo-informalnoi-osvity.pdf>

Доступність інформації для учасників освітнього процесу щодо визнання результатів неформальної/інформальної освіти забезпечується через оприлюднення вищезазначених документів на офіційному сайті ЧНУ (<https://www.chnu.edu.ua/universytet/normatyvni-dokumenty/>).

Згідно рішення кафедри (протокол №1 від 27.08.2025р.) викладач враховує додаткові бали, отримані через неформальну/інформальну освіту, до загальної суми балів, набраної з освітньої компоненти, за умови, що результати з проблеми відповідають тематиці курсу.

Кількість балів, що зараховується студенту, залежить від обсягу здобутих кредитів та отриманих результатів навчання, однак, становить не більше 20% (20 балів) від загальної кількості балів за курс (100 балів за системою ЄКТС). Наприклад, студент отримав сертифікат за проходження курсу «Організація ефективної діяльності практичного психолога в закладі освіти» на платформі «Всеосвіта» (<https://vseosvita.ua/course/orhanizatsiia-efektyvnoi-diialnosti-praktychnoho-psykholoha-v-zakl>

[adi-osvity-30.html](#)), за що може отримати 5 балів до підсумкового контролю. Якщо студент пройшов двогодинний курс та має підтвердження у вигляді сертифікату, то він, відповідно, може отримати 2 бали, тригодинний – 3 бали тощо.

За результативну наукову роботу (написання наукової роботи, тез доповідей, участь у науково-практичних конференціях, участь у роботі гуртка тощо) за профілем цієї дисципліни, за рішенням кафедри студент може отримати до 10 додаткових (заохочувальних) балів у межах максимальної загальної суми балів – 100.

Рекомендована література

Основна:

1. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, 15 Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/723324/1/posibnyk-grupovi-formy.pdf>
2. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 2022. 184 с. URL: <http://surl.li/fvnao>
3. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Теорія та практика психологічних тренінгів. Київ-Ніжин: 2019. 209 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/721625/1/Zlyvkov_Lukomska.pdf
4. Івашньов С. В. Як підготувати та провести ефективний тренінг : практичний poradnik. Видавництво «Ранок. Навчальна література», 2019. 80 с.
5. Карамушка Л. М. Психологічні тренінги для підготовки менеджерів та персоналу освітніх організацій (реалізація технологічного підходу) : Навч. посібник. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.
6. Кушнірчук О., Вольнова Л. Лабіринти спілкування: методичні рекомендації. Луцьк, 2017. 46 с.
7. Лосієвська О. Г. Соціально-психологічний тренінг як метод розвитку комунікативних компетенцій у майбутніх фахівців гуманітарного профілю. Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2018. № 1. С. 220-231.
8. Психологічна служба: підруч. / В. Г. Панок та ін. Київ: НікаЦентр, 2016. 362 с.
9. Технологія тренінгу / Упоряд. : О. Главник, Г. Бевз / за заг. ред. С. Максименко. Київ : Главник, 2005. 112 с. 11.
10. Тренінгові вправи для початківців і професіоналів. Книга 2 : навч-метод. посіб. / За ред. Л. Ніколаєва . Київ: 7БЦ, 2024. 160 с.

Додаткова:

1. Гуляс І. А. Г 944 Психологія мотивації та цілепокладання в організації: навчальний посібник. Видання друге, стереотипне. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 176 с.
2. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях. Одеса: Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.
3. Лефтеров В.О., Форманюк Ю.В., Третьякова Т.М. Теорія і практика психологічного тренінгу: методичні рекомендації для самостійної роботи здобувачів. Одеса: Фенікс, 2020. 44 с.
4. Мараховська Н. В. Проведення арт-терапевтичного тренінгу як способу розвитку професійного самопізнання майбутніх психологів. Молодий вчений. 2016. № 1(2). С. 78-81.
5. Методичні вказівки до вивчення навчальної дисципліни «Тренінг самопізнання та розвитку комунікативної компетентності» для здобувачів усіх рівнів вищої освіти та усіх

спеціальностей / Уклад.: Е. А. Панасенко. Слов'янськ: ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», 2021. 51 с.

6. Назар М. М. Розвиток комунікативної компетентності засобами інтернет-тренінгів. Технології розвитку інтелекту. 2017. Т. 2, № 5.

7. Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу : Навчальний посібник // Уклад. : О. М. Шевчук. Умань : ПП Жовтий, 2017. 133 с.

8. Посмітна В. В. Мовна комунікація у професійній діяльності : навч. посіб. Київ : Київський ін-т НГУ, 2023. 188 с.

9. Саврасова-В'юн Тетяна. Комунікативний практикум : навч.-метод. посібн. Київ: Київ. стол. ун-т ім. Б. Грінченка, 2024. 184 с.

10. Стеценко Н. М. Комунікативна компетентність як складова професійної підготовки сучасного фахівця. Педагогічний альманах. 2016. Вип. 29. С. 185-191.

Інформаційні ресурси

1. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, 15 Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/723324/1/posibnyk-grupovi-formy.pdf>

2. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 2022. 184 с.

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731898/1/%D0%97%D0%BB%D0%B8%D0%B2%D0%BA%D0%BE%D0%B2_%D0%9B%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0_%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3%20%D0%B2%20%D0%BE%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%D1%96.pdf

3. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних тренінгів. К. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с.

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721625/1/Zlyvkov_Lukomska.pdf

4. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях Одеса. Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.

https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/6937/1/%D0%9C%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F%20%D0%B4%D1%96%D1%8F%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%20%D0%BB%D1%8E%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B8%20pdf.pdf?utm_source

5. Наукова бібліотека Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. <http://www.library.chnu.edu.ua/index.php?page=ua>

6. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. Бібліотечні електронні ресурси та технології.

http://nbuv.gov.ua/e_technology?field_e_technology_tid=444&field_yfpdf_tid=All

7. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. Наукові ресурси. <http://nbuv.gov.ua/node/1539>

8. Посмітна В. В. Мовна комунікація у професійній діяльності : навч. посіб. Київ : Київський ін-т НГУ, 2023. 188 с.

https://kingu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/09/%D0%9C%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0-%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D1%83%D0%BD%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F-%D1%83-%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84-%D0%B4%D1%96%D1%8F%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf?utm_source

9. Проект ELibUkr (Електронна бібліотека України). Ресурси відкритого доступу. <https://lib.nuos.edu.ua/%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81%D0%B8-%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BA%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B4%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%83%D0%BF%D1%83-2/>

10. Тренінг самопізнання: методичний посібник /авт. кол.; під наук. ред. В.Р. Міляєвої.
К.: Альфа Реклама, 2015. 82 с.
https://www.researchgate.net/publication/340487762_TRENING_SAMOPIZNANNA_Metodichnij_posibnik

Політика академічної доброчесності

Освітня діяльність під час вивчення навчальної дисципліни ґрунтується на принципах співробітництва та академічної доброчесності.

Політика щодо відвідування занять. Регулярне відвідування лекційних та практичних занять, самостійна робота та опрацювання рекомендованої літератури і матеріалів є необхідною умовою для вивчення дисципліни.

Політика щодо академічної доброчесності: академічна доброчесність базується на засудженні практик списування (виконання письмових робіт із залученням зовнішніх джерел інформації, крім дозволених для використання), плагіату, фабрикації, фальсифікації тощо. У разі порушення студентом академічної доброчесності, робота оцінюється на нижчу оцінку або ж незадовільно та має бути виконана повторно. Викладач залишає за собою право змінити тему завдання. Політика щодо академічної доброчесності регламентується «Положенням про виявлення та запобігання академічного плагіату у Чернівецькому національному університету імені Юрія Федьковича» (<https://www.chnu.edu.ua/media/hkzbr1b2/polozhennia-pro-vyjavlennia-ta-zapobihannia-akademichnomu-plahiatu-u-chnu-2025.pdf>), «Етичним кодексом Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича» (<https://www.chnu.edu.ua/media/jxdfs0zb/etychnyi-kodeks-chernivetskoho-natsionalnoho-universytetu.pdf>).

Політика щодо дедлайнів і перескладання: роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.

Політика оцінювання роботи викладача. Здобувачі після кожного заняття оцінюють роботу викладача та можуть залишати відгуки і пропозиції в анкеті в системі електронного навчання Moodle.