

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет психології і соціології
Кафедра загальної та соціальної психології і соціології

СИЛАБУС

вибіркової навчальної дисципліни

ТРЕНІНГ РОЗВИТКУ SOFT SKILLS

підготовки бакалавра

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма: Психологія

*Силабус навчальної дисципліни
для заочної форм навчання*

Луцьк – 2021

Силабус навчальної дисципліни «Тренінг розвитку soft skills» підготовки бакалаврів галузі знань 05 «Соціальні і поведінкові науки», спеціальності 053 «Психологія», за освітньо-професійною програмою «Психологія».

Розробник: Крижановська З.Ю., доцент кафедри загальної та клінічної психології, кандидат психологічних наук.

Силабус навчальної дисципліни затверджено на засіданні кафедри загальної та клінічної психології,

протокол № 1 від 30 вересня 2021 р.

Завідуюча кафедри загальної

та клінічної психології



О.В. Журавльова

Тренінг розвитку soft skills: силабус вибіркової навчальної дисципліни підготовки бакалаврів галузі знань 05 «Соціальні і поведінкові науки» спеціальності 053 «Психологія» за освітньо-професійною програмою «Психологія» / укл. Крижановська З.Ю. – Луцьк : ВНУ імені Лесі Українки, 2021. 10 с.

© Крижановська З.Ю., 2021

© ВНУ імені Лесі Українки, 2021

I. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна / заочна форми навчання
Загальна кількість годин: <u>180</u>	05 Соціальні та поведінкові науки	вибіркова
Кількість кредитів: 6		Рік підготовки III
ІНДЗ: не має	053 Психологія	Семестр V
		Лекції 16 год.
		Практичні (семінари) 16 год.
		Самостійна робота 126 год.
		Консультації 16 год.
	Бакалавр	Форма контролю: залік

II. Інформація про викладача

ПП Крижановська Зореслава Юріївна _____
 Науковий ступінь кандидат психологічних наук _____
 Вчене звання доцент _____
 Посада доцент кафедри загальної та клінічної психології _____

Контактна інформація Kruzhanovska.Zoreslava@venu.edu.ua

Дні занять <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру щовівторка з 15.00 до 16.00 в аудиторії № 110.

В разі додаткової потреби здобувача в консультації час погоджується з викладачем.

III. Опис дисципліни

1. Анотація курсу

Особистісна самореалізація та професійна успішність в сучасному VUCA-світі безпосередньо залежать від сформованості міжпрофесійних, універсальних, корисних для будь-якого виду діяльності м'яких навичок (soft skills), які протиставляються жорстким – спеціальним вузькопрофесійним навичкам (hard skills), оскільки не мають однозначної жорсткої прив'язки до конкретної професійної сфери, дають змогу швидко адаптуватися до нових умов, вибудовувати ефективні стосунки, змінювати сферу зайнятості, вирішувати особистісні та професійні проблеми.

Навчальна дисципліна «Тренінг розвитку soft skills» присвячена вивченню змісту та формуванню soft skills у сучасних студентів.

Програма навчальної дисципліни складена у відповідності до Стандарту вищої освіти України за спеціальністю 053 «Психологія» і враховує його вимоги.

Програмою передбачені лекційні і практичні заняття, на яких будуть інтенсивно застосовуватися інтерактивні, тренінгові форми роботи. Окрім аудиторних занять, програма включає значний об'єм самостійної роботи студентів з метою опрацювання теоретичних джерел і виконання самостійних практичних завдань.

Форма організації контролю: залік.

2. Пререквізити

Навчальна дисципліна є міждисциплінарною в системі професійної підготовки бакалаврів й може вивчатися автономно, незалежно від попередньої навчально-професійної підготовки студентів. Бажаними для засвоєння дисципліни будуть базові знання з курсів «Загальна психологія», «Соціальна психологія» та інших дисциплін психологічного спрямування.

3. Мета і завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Тренінг розвитку soft skills» є забезпечення теоретичної підготовки та формування у сучасних студентів основних навичок 21 століття (soft skills) як таких, що допомагають реалізовувати власні життєві плани та досягати життєвих (у тому числі професійних) цілей, ефективно реагувати на нові виклики. Навички 21 століття допомагають людині зробити життя ефективним, цікавим, комфортним, займатись власним навчанням та саморозвитком.

Основні завдання навчальної дисципліни – активізувати механізми самопізнання і самовираження й розвивати лідерські якості, навички ефективного спілкування, вміння виступати публічно та керувати часом, працювати в команді, гнучкості й адаптивності,.

Після вивчення навчальної дисципліни «Тренінг розвитку soft skills» студенти повинні **знати**:

- зміст та психологічні особливості «soft skills» та «hard skills», їх важливість для особистісної та професійної самореалізації у сучасному VUCA-світі;
- базові компетенції «soft skills»;
- основні аспекти цілепокладання та формулювання цілей, тайм-менеджменту;
- сутність, ознаки та складові емоційного інтелекту як найважливішого соціального досвіду;
- психологічні основи ефективної комунікації, нетворкінгу й активного слухання;
- стратегії самовдосконалення й саморозвитку
- сучасні підходи до розуміння лідерства, емоційного інтелекту, управління стресами і конфліктами.

вміти:

- аналізувати свої сильні сторони та сфери, де потрібне подальше самовдосконалення;
- визначати та усвідомлювати власні лідерські переваги;
- здійснювати самооцінювання власної спроможності слухати / розуміти інших; вирішувати конфлікти, управляти стресом, розпізнавати й вирішувати проблемні ситуації;
- використовувати теорії і практики самоорганізації, самоконтролю, управління власним розвитком та діяльністю;

- застосовувати техніки тайм-менеджменту й постановки цілей;
- адаптуватися та проявляти ініціативу і самостійність в ситуаціях, які виникають професійній діяльності;
- формувати індивідуальну траєкторію саморозвитку, особистісного зростання і професійної самореалізації.

4. Результати навчання (Компетентності)

Основними результатами навчання є знання та розуміння власних переваг і зон розвитку, оволодіння техніками саморегуляції і самовдосконалення. Сформовані у процесі тренінгової роботи м'які навички (soft skills) дадуть змогу студентам більш продуктивно і компетентно реалізувати себе в сучасному світі.

Загальні компетентності:

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
- ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним. ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення. ЗК7. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
- ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії,
- ЗК9. Здатність працювати в команді.
- ЗК11. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Спеціальні компетентності:

- ФК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології
- ФК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків.
- ФК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.
- ФК11. Здатність дотримуватися норм професійної етики
- ФК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Програмні результати навчання:

- ПРН 4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел.
- ПРН 8. Презентувати результати власних досліджень усно / письмово для фахівців і нефахівців.
- ПРН 10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника
- ПРН 13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.
- ПРН 14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості.

ПРН 15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку

ПРН 17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

5. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практичні	Сам. роб.	Конс-ції	Форма контролю/Бали
Змістовий модуль 1.						
Зміст та особливості розвитку персональних «soft skills»						
Тема 1. Зміст та психологічні особливості «soft skills» та «hard skills». Функціональна грамотність (functional literacy) людини 21 ст.	20	2	2	14	2	ДС РМГ
Тема 2. Самопрезентація і ораторські здібності	20	2	2	14	2	ДС, РМГ
Тема 3. Постановка цілей і тайм-менеджмент	20	2	2	14	2	ДС, РМГ ТР
Тема 4. Особистісний розвиток і самореалізація	22	2	2	14	4	ДБ, РМГ, ТР
Разом за модулем 1	82	8	8	56	10	8
Змістовий модуль 2.						
Зміст та особливості розвитку інтерперсональних «soft skills»						
Тема 5. Емоційний інтелект: самоорганізація і управління стосунками	22	2	2	16	2	ДС, РМГ РК, ТР
Тема 6. Конструктивна комунікація, нетворкінг й активне слухання	24	2	2	18	2	ДС, РМГ РК, ТР
Тема 7. Лідерство й робота в команді	26	2	2	18	4	ДС, РМГ РК, ТР
Тема 8. Стрес-менеджмент і вирішення конфліктів	26	2	2	18	4	ДС, РМГ РК, ТР
Разом за модулем 2	98	8	8	70	12	8/8
ІНДЗ						8/8
Види підсумкових робіт						Бал
Модульна контрольна робота (МКР1+МКР2)						30+30=60
Всього годин/ Балів						100

- Дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; дотримання принципів та положень Етичного кодексу [%20%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0.docx.pdf](#));

- Надання достовірної інформації про результати власної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.

За порушення академічної доброчесності (плагіат, фальсифікація, списування, обман тощо) здобувачі освіти можуть бути притягнені до академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування з Університету.

Усі письмові роботи перевіряються на наявність плагіату і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 25%. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних пристроїв). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування (наприклад, програма Kahoot).

Політика щодо дедлайнів та перескладання

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

V. Підсумковий контроль

На залік виносяться основні питання, що потребують творчої відповіді та уміння синтезувати отриманні знання і застосовувати їх під час розв'язання практичних задач.

VI. Шкала оцінювання

Підсумкова оцінка за 100-бальною шкалою складається із сумарної кількості балів за: поточне оцінювання згідно середньої суми балів (модуль 1 (8+8=16 балів); модуль 2 (8+8=16 балів); ІНДЗ – 8 балів (максимум 40 балів).

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Оцінка
90 – 100	Відмінно
82 – 89	Дуже добре
75 - 81	Добре
67 -74	Задовільно
60 - 66	Достатньо
1 – 59	Незадовільно

VII. Рекомендована література та

інтернет-ресурси

1. «Soft skills – невід’ємні аспекти формування конкурентоспроможності студентів у XXI столітті». – Київ.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2020. – 90 с.
2. Архангельський Г.А. Тайм-драйв: як встигати жити
3. Архангельський Г.А. Формула часу: тайм-менеджмент на Outlook 2007–2010: [б-евид.] / Г.А. Архангельський. – М.: Манн, Іванов і Фербер, – 2011. – 115 с.
4. Вердербер Р. Психологія общенія / Р. Вердербер, К. Вердербер.— СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 320 с.
5. Гоулман Дэниел. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А. П. Исаевой. — 6-е изд. —М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. ISBN 978-5-00117-040-2
6. Кові С. Р. 7 звичок надзвичайно ефективних людей / С. Р. Кові ; пер. з англ. О. Любенко. – 2-ге вид., стер. – Харків : Книжковий Клуб “Клуб Сімейного Дозвілля”, 2014. – 384 с.
7. Лукашевич Н.П. Самоменеджмент. Теорія і практика: посібник. / Н.П. Лукашевич. – К.: Ніка-Центр, 2007. – 344с.
8. <https://upk.pp.ua/shho-take-soft-skills-m-yaki-navychky/>

9. <https://happymonday.ua/yaki-navychky-varto-rozvyvaty>
10. <https://happymonday.ua/jak-i-navishho-rozvyvaty-navychky-majbutnogo>
11. <https://happymonday.ua/navychky-majbutnogo-dlja-roboty>

Додаткова література

1. Длугунович Н.А. Soft skills як необхідна складова підготовки ІТ-фахівців / Н.А. Длугунович // Вісник Хмельницького національного університету. – 2014. – №6 (219). – С. 239–242.
2. Коваль К.О. Розвиток «soft skills» у студентів – один з важливих чинників працевлаштування / К.О. Коваль // Вісник Вінницького політехнічного інституту. – 2015. – №2. – С. 162–167
3. Чкан А. С. Самоменеджмент : навчальний посібник для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напрямку підготовки «Менеджмент» / А.С. Чкан, С.В. Маркова, Н.М. Коваленко. – Запоріжжя: ЗНУ, 2014. – 84 с.
4. Чкан А.С. Самоменеджмент: практикум для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напрямку підготовки «Менеджмент» / А.С. Чкан, О.М. Олійник, С.В.Маркова. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 82 с.

Періодичні видання

1. Европейский журнал образования и прикладной психологии. Журналу присвоено імпакт-фактор 0.468 за 2019 г.: <https://www.sciencecommunity.org/ru/node/132051>
2. Научный электронный журнал «Психологические исследования» ISSN: 2075- 79
3. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки – наукове фахове періодичне видання: <https://sj.npu.edu.ua/index.php/pn/about>
4. «Психологічні перспективи». Фахове періодичне видання ВНУ імені Лесі Українки. <https://psychopropects.eenu.edu.ua>
5. «Психологічний журнал». Наукове видання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини: <https://fspo.udpu.edu.ua>
6. «Психологічний часопис» фаховий журнал Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України: <http://psychology-naesua.institute/read/1620/>