
	<p style="text-align: center;"> МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ЦЕНТРАЛЬНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ Кафедра економіки, менеджменту та комерційної діяльності СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ </p>	
---	---	---

Назва курсу	Особистісний розвиток
Викладач	Немченко Тетяна Анатоліївна, кандидат економічних наук, доцент, доцент кафедри економіки, менеджменту та комерційної діяльності
Контактний телефон	+380663621508
Е-mail	nemchenko2015@gmail.com
Обсяг та ознаки дисципліни	Вибіркова дисципліна, змістових модулів – 2. Форма контролю: залік. Загальна кількість кредитів – 4, годин – 120. Формат: очний (offline / face to face) / дистанційний (online). Мова викладання: українська
Консультації	Консультації проводяться відповідно до Графіку, розміщеному в інформаційному ресурсі moodle.kntu.kr.ua; у режимі відео конференцій Zoom, через електронну пошту, Viber, Telegram за домовленістю.
Пререквізити	Особливі вимоги відсутні

1. Мета і завдання дисципліни

Метою дисципліни "Особистісний розвиток" є сприяння комплексному розвитку особистості, формування у здобувачів високого рівня самосвідомості, розуміння власних цінностей, вміння ефективно взаємодіяти з оточуючим світом та досягати особистих та професійних цілей.

Завдання вивчення дисципліни:

- розвиток уміння здобувачів аналізувати власні переконання, цінності, сильні та слабкі сторони, визначити свої цілі та призначення в житті.
- формування вміння ефективно спілкуватися, слухати інших, виражати власні думки та ідеї, вирішувати конфлікти.
- формування навичок приймати відповідальність, приймати рішення та ефективно керувати власними ресурсами.
- розвиток вміння розпізнавати та керувати поведінкою у стресових ситуаціях, розвивати навички психологічної стійкості.

- сприяння виробленню творчого підходу до вирішення завдань, розвивати уяву та креативність.

2. Результати навчання

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен

знати:

- термінологію у сфері особистісного розвитку;
- основні теорії та моделі особистісного розвитку;
- методики самопізнання та самоаналізу;
- принципи особистісної комунікації;
- методи розвитку емоційного інтелекту та креативності
- методи саморегуляції та подолання стресу, розвитку стійкості та волі.

вміти:

- аналізувати власні психологічні особливості;
- визначати шляхи подальшого особистісного розвитку;
- планувати досягнення особистих цілей, управляти особистісними кризами;
- ефективно організовувати власний час та управляти потоком інформації;
- зміни навички саморегуляції та подолання стресу.
- демонструвати базові навички креативного та критичного мислення у дослідженнях та професійному спілкуванні;
- планувати розвиток особистої конкурентоспроможності та позитивного самосприйняття.

набути соціальних навичок(soft-skills):

- здійснювати професійну комунікацію з питань особистісного розвитку, ефективно пояснювати і презентувати власні думки;
- взаємодіяти в професійному середовищі з питань особливостей особистісного розвитку, вміти відстоювати власну думку, окреслювати особисті кордони.

3. Політика курсу та академічна доброчесність

Очікується, що здобувачі вищої освіти будуть дотримуватися принципів академічної доброчесності, усвідомлювати наслідки її порушення.

При організації освітнього процесу в Центральноукраїнському національному технічному університеті здобувачі вищої освіти, викладачі та адміністрація діють відповідно до: Положення про організацію освітнього процесу; Положення про організацію вивчення вибіркового навчального дисциплін та формування індивідуального навчального плану ЗВО; Кодексу академічної доброчесності ЦНТУ.

4. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Самопізнання та самовдосконалення

Тема 1. Сутність поняття особистості. Чинники особистісного розвитку.

Тема 2. Сутність та види здібностей людини

Тема 3. Самопізнання та самоаналіз.

Тема 4. Формування адекватної самооцінки та позитивного самосприйняття.

Тема 5. Особистісні кризи в житті.

Тема 6. Розвиток емоційного інтелекту.

Тема 7. Креативність та творчий потенціал особистості.

Змістовий модуль 2. Ефективна взаємодія та самоменеджмент.

Тема 8. Комуникативна компетентність та міжособистісна взаємодія.

Тема 9. Роль емоцій у діяльності, поведінці та розвитку особистості.

Тема 10. Подолання стресу та тайм-аут.

Тема 11. Управління конфліктами. Правила безконфліктного спілкування.

Тема 12. Принципи ефективної самоорганізації.

Тема 13. Самомотивація та вольова саморегуляція.

Тема 14. Розвиток стійкості до невизначеності та зміни. Посилення конкурентоспроможності особистості.

5. Система оцінювання та вимоги

Види контролю: поточний, підсумковий.

Методи контролю: спостереження за навчальною діяльністю здобувачів, усне опитування, письмовий контроль.

Рейтинг студента із засвоєння дисципліни визначається за 100 бальною шкалою, у тому числі: перший рубіжний контроль – 50 балів, другий рубіжний контроль – 50 балів.

Семестровий залік полягає в оцінці рівня засвоєння здобувачем вищої освіти навчального матеріалу на лекційних та практичних заняттях і виконання індивідуальних завдань за стобальною та дворівневою («зараховано», «не зараховано») та шкалою ЄКТС результатів навчання.

6. Рекомендована література

1. Бардин Н. М., Жидецький Ю. Ц., Кіржецький Ю. І. та ін. Стресостійкість : навчальний посібник / за ред. Я. М. Когути. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 204 с.

2. Брич В.Я., Корман М.М. Креативний менеджмент: підручник. Тернопіль: ТНЕУ, 2018. 220 с.

3. Дерев'янка С. П. Д 36 Психологія емоційного інтелекту: Навчально-методичні рекомендації. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2023. 80 с.

4. Карпенко Є. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості. монографія. Дрогобич: Посвіт, 2020. 436 с. 92.

5. Коропецька О. М. Психологічні основи професійної орієнтації та самореалізації особистості. Навчальний посібник. Київ: КНТ, 2018. 438 с.

6. Креативний менеджмент: практикум: навч. посіб. для студ. спеціальності 073 «Менеджмент» освітньо-професійної програми «Менеджмент і бізнес адміністрування» /уклад.: Н.І. Ситник. Київ : КПП ім. Ігоря Сікорського, 2021. 147 с.

7. Лугова В. М., Голубев С. М. Основи самоменеджменту та лідерства: навчальний посібник.. Харків: ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. 212 с.

8. Москалець В. П. Психологія особистості: навчальний посібник. Київ: «Центр учбової літератури», 2018. 262 с.
9. Окорський В. П., Валюх А. М. Креативний менеджмент: Підручник. Рівне : НУВГП, 2017. 344 с.
10. Папуча М. В., Наконечна М. М., Проблема розвитку в психології особистості : навч. посібн. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2018. 52 с.
11. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. Уклад. О. Ю. Овчаренко. К. : Університет «Україна», 2023. 266 с.
12. Ратушняк О. Г., Лялюк О. Г. Самоменеджмент : навч. пос.. Вінниця: ВНТУ, 2021. 170 с.
13. Самокиш О.В. Креативний менеджмент : навчальний посібник. К. : Кондор, 2018. 204 с.
14. Самоменеджмент : навчальний посібник / Г. З. Леськів, Г. Я. Левків, М. М. Бліхар, В. В. Гобела, О. П. Подра, Г. В. Коваль. - Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. - 280 с.
15. Самоменеджмент : навчальний посібник / Г. З. Леськів, Г. Я. Левків, М. М. Бліхар, В. В. Гобела, О. П. Подра, Г. В. Коваль. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 280 с.
16. Самоменеджмент: навчальний посібник/ С. К. Василик, О. В. Майстренко, К. Р. Немашкало та ін. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. 150 с.
17. Шахова О.Г. Соціальна психологія особистості: Навчальний посібник. Харків: «Контраст», 2019. 116 с.
18. Бібліотека ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри ЕМ та КД, Протокол №1 від «28» серпня 2023 р.