

ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
“УНІВЕРСИТЕТ КОРОЛЯ ДАНИЛА”
Факультет суспільних і прикладних наук
Кафедра психології та суспільствознавчих дисциплін
імені академіка о. Івана Луцького

ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор з методичної роботи

Ярослав ШТАНЬКО
«23» 12 2024 р.

Екзистенціальна психологія життєвого шляху
особистості
СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Галузь знань:	05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність:	053 Психологія
Освітньо-професійна (освітньо-наукова програма)	«Психологія»
Освітній рівень:	Перший (бакалаврський)
Статус дисципліни:	Обов'язкова
Мова викладання, навчання та оцінювання:	Українська

Івано-Франківськ
2024

РОЗРОБНИК:

к. психол. н., доцент, доцент кафедри психології та
суспільствознавчих дисциплін

ім.о. Івана Луцького

Олександра ПИТЛЮК-СМЕРЕЧИНСЬКА

ЗАТВЕРДЖЕНО:

на засіданні кафедри
психології та суспільствознавчих дисциплін
імені академіка о. Івана Луцького,
протокол № 5 від 12.12.2024



Наталія ГУМЕНЮК

УЗГОДЖЕНО:

Гарант ОПП



Наталія ГУМЕНЮК

СХВАЛЕНО:

на засіданні Науково-методичної ради, протокол № 5 від 20.12.2024 р.

e-mail	oleksandra.pytliuk-smerechynska@ukd.edu.ua
Номер аудиторії чи кафедри	Кафедра ПСД ім.о. Івана Луцького
Посилання на сайт	https://ukd.edu.ua
Сторінка курсу в СДО	https://online.ukd.edu.ua/user/profile.php

ВСТУП

Анотація навчальної дисципліни. Курс «Екзистенційна психологія життєвого шляху особистості» характеризується тісними міждисциплінарними зв'язками із загальною психологією, психологією розвитку особистості, психосоматикою та багатьма іншими галузями психологічних дисциплін. Вивчення даного курсу сприяє поглибленому розумінню особливостей та причин виникнення особистісних патернів поведінки, способів формування життєвих сценаріїв, та сучасних підходів персонології. Способів психологічної роботи з різноманітними глибинними психологічними запитами особистості, загальних закономірностей психологічних впливів, спрямованих на оптимізацію життєвого шляху, цінностей та цілепокладання у клієнтів.

Метою та завданнями курсу є сформувати у майбутніх психологів:

- Здатність проведення досліджень на відповідному рівні на основі системного наукового світогляду.
- Здатність генерувати нові ідеї.
- Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
- Здатність планувати та управляти часом
- Здатність працювати в міжнародному контексті.
- Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та/або практики і на межі предметних галузей.
- Здатність критично оцінювати результати науково-дослідної роботи, визначати перспективи подальших наукових розвідок.
- Здатність саморозвиватися і самовдосконалюватися протягом життя, оцінювати рівень власної фахової компетенції та підвищувати професійну кваліфікацію.
- Здатність до прийняття відповідальності за навчання інших.
- Здатність здійснювати освітню діяльність у сфері психології та на межі предметних галузей

Відповідно, «Екзистенційна психологія життєвого шляху особистості» як навчальна дисципліна вирішує такі **завдання:**

- здійснення пошуку, опрацювання та аналізу професійно важливих знань із різних джерел на основі сучасних методологій наукової діяльності;
- узагальнення емпіричних даних та формулювання теоретичних висновків щодо розвитку особистості; визначення перспектив подальших досліджень;
- приймати стратегічні рішення, оцінювати ризики та брати відповідальність за наслідки проектів та досліджень.

У результаті вивчення даного курсу студент повинен мати знання:

- категоріального апарату психології особистості;
- значущих проблем, чинників та тенденцій функціонування й розвитку особистості на різних рівнях психологічного дослідження
- парадигмальних орієнтацій, що виявляються в переході до постнекласичної моделі освіти, в якій особистість розглядається як активний самодетермінований суб'єкт;
- сучасних теорій особистості, заснованих на методології постнекласичної психології (нарративному підході, системно-синергетичному, теоріях самоорганізації та самодетермінації розвитку особистості тощо);
- психологічних основ та чинників самореалізації особистості як активного суб'єкта власного розвитку.

На основі засвоєння теоретичних положень курсу студент повинен мати уміння:

- самостійно обирати та застосовувати методи психологічного дослідження особистості;
- інтегрувати або створювати нові теоретичні моделі та психологічні підходи до аналізу й інтерпретації одержаних результатів наукового дослідження;
- розробляти та впроваджувати нові ефективні психологічні технології розвитку особистісного потенціалу людини, її життєвих цілей, перспектив, цінностей, розкриваючи сутнісні сили її самореалізації та психологічного благополуччя.

Прослуховування курсу забезпечить формування у студентів системи компетентностей, які є критеріями оцінки якості отриманих знань.

Компетентності та результати навчання, який набувають здобувачі освіти внаслідок вивчення навчальної дисципліни (шифри та зміст компетентностей та програмових результатів навчання вказано відповідно до ОПШ «Психологія» (2024/2025))

Шифр та назва компетентності	Шифр та назва програмних результатів навчання
<p>К.Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і</p>	<p>ПРН1.Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання</p>

невизначеністю умов.	
ЗК4.Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями	ПРН2.Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань
ЗК5. Здатність бути критичним і самокритичним.	ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних засад і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.
СК1.Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології	ПРН10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.
СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.	ПРН6.Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження
-	ПРН13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.
-	ПРН 15.Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку
-	ПРН16.Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Курс	2
Семестр	4

Кількість кредитів ЄКТС	6		
Аудиторні навчальні заняття		денна форма	заочна форма
	лекції	28 год.	6 год.
	семінари, практичні	56 год.	12 год.
Самостійна робота		96 год.	162 год.
Форма підсумкового контролю	екзамен		

Структурно логічна схема вивчення навчальної дисципліни

Пререквізити	Постреквізити
Основи психології, Психологія вікових особливостей особистості, Психологія розвитку особистості, Психофізіологія функціональних станів	

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Перелік тем лекційного матеріалу

Змістовий модуль 1. Сучасні теоретико-методологічні проблеми екзистенційної психології особистості

Тема 1. Етапи розвитку екзистенційних підходів до вивчення життєвого шляху особистості (2 год)

Основні етапи розвитку персонології як психологічної науки. Предмет досліджень особистості на постнекласичному етапі розвитку психології. Особливості методології постнекласичної психології. Ознаки відкритих, складних динамічних систем. Основні принципи системного підходу. Основні принципи теорії самоорганізації. Класичний, некласичний та постнекласичний етап розвитку персонології. Пошук причинно-наслідкових зв'язків. Відкриті, складні системи. Постнекласична методологія персонології. Системний підхід. Теорія самоорганізації.

Питання для самостійного вивчення. Історія розвитку вчення про персонології. Поняття про психодинамічний і біхевіористичний підхід у вивчення життєвого шляху особистості. [1], [5],[15].

Тема 2. Основні напрямки сучасних досліджень особистості (2 год)

Особливості постнекласичної моделі особистості. Психологічна сутність самореалізації особистості. Психологічний зміст феноменів життєвої перспективи, самоефективності, саморозуміння та самоствавлення особистості. Методи класичних та постнекласичних психологічних досліджень особистості. Основні прикладні завдання сучасної психології особистості. Постнекласична модель особистості як активного самодетермінованого суб'єкта. Вивчення психологічних закономірностей розвитку мотивації самореалізації особистості. Розроблення методів діагностики та технологій сприяння самодетермінації розвитку особистості.

Питання для самостійного вивчення. Еклектизм; міждисциплінарний статус проблеми особистості, неоднозначність становища, яке посідає особистість у дослідженні; потроєння реальності: теоретична особистість - вимірювана особистість - реальна особистість). Принципи психології особистості. Особистість у теоріях ХХ -ХХІ століття. Компоненти теорії особистості: структура особистості, мотивація, розвиток особистості, психопатологія, психічне здоров'я, зміна особистості за допомогою терапевтичного впливу. Номотетичний й ідеографічний підходи до вивчення особистості [1],[3].

Тема 3. Методологічні принципи екзистенційної психології особистості (2 год)

Визначення предметної площини психології особистості. Особливості пізнавальної ситуації вивчення особистості (розмаїття феноменології особистості, що знаходить вираз у численних індивідуальних особливостях людини (установках, рисах, потребах, емоціях, перевагах тощо). Проблема визначення зрілості особистості. Системний та цільовий детермінізм у вивченні особистості. Особистість як цілісність, у якій виявляються різноякісні й різнорівневі зв'язки, як синтез структурно-функціональних і філо- та онтогенетичних уявлень. Активність як вибірковість й упередженість поведінки людини (Д.М. Узнадзе), активність як творча діяльність, продуктивність активності як неадаптивна природа людської діяльності, надситуативна поведінка, що долає стереотипи, шаблони, звичні дії. Преформізм й епігенеза. Проблема детермінант розвитку (вплив середовища, соціуму й/або природи, спадковості на особистість). Проблема стадій розвитку й критеріїв переходу від однієї стадії до іншої.

Питання для самостійного вивчення. Періодизація життєвого шляху особистості (Е.Еріксон). Проблема визначення зрілості особистості. Загальне уявлення про структуру особистості. Структурний і динамічний підхід до дослідження одиниць організації особистості. Стратегія аналізу особистості за

елементами й за одиницями. Виділення "одиниць" аналізу як системоутворювальних характеристик будови особистості. Типологічні підходи до особистості. Обмеження типологічного підходу. [2],[3].

Тема 4. Рушійні сили у розвитку особистості та побудови стратегії життєвого шляху. (2 год)

Поняття рис особистості як стійких тенденцій поведінки. Факторні підходи до вивчення і систематизації особистісних рис. Психометрика й особистісні опитувальники. Проблема стійкості особистості і дилема особистісної-ситуативної обумовленості поведінки. Інструментальний рівень особистості: характер і здібності. Співвідношення характеру й особистості у вузькому сенсі слова. Акцентуації характеру. Формування характеру. Поняття про здібності. Тести загальних і спеціальних здібностей. Значеннева сфера особистості. Особистість і мотивація. Загальне уявлення про значенневі утворення і значенневі системи. Якісні методи дослідження внутрішнього світу особистості.

Питання для самостійного вивчення. Загальне уявлення про індивідні властивості особистості. Еволюційний аспект вивчення індивідуальних відмінностей між людьми. Біологічна або перетворена (соціальна) форма дії еволюційного відбору. Перетворена форма дії біологічних закономірностей в умовах соціального способу життя як шлях до розуміння розвитку індивідних властивостей людини. Гіпотеза розсіювального відбору як механізм еволюції людини в антропогенезі. [1],[6].

Тема 5. Теорії самодетермінації особистості (4 год)

Теорія самодетермінації Р. Раяна і Е. Десі. Базові потреби людини (компетентність, автономія (самодетермінація), позитивні стосунки). Екзистенціально орієнтовані теорії свободи (Е. Фромм, В. Франкл, Р. Мей). Теорія суб'єктності (Р. Харре). Теорія самоефективності (А. Бандура). Теорія самоактуалізації (А. Маслоу). Теорія часової перспективи (Ж. Нюттен). Теорії "поточку" (М. Чікзентміхалі).

Питання для самостійного вивчення. Творче "Я". Фікційний фіналізм, єдність особистості, стиль життя в теорії А. Адлера. Символізм колективного несвідомого, нумінозність, міфи та релігія в теорії К.Юнга. Розвиток ідей: расова та етнічна ідентичність в теорії Е.Еріксона. Терапія. Тест словесних асоціацій. Сновидіння. Синхронія. [1],[3],[5],[6],[8].

Тема 6. Теорії психологічного благополуччя особистості (4 год)

Класичні теорії благополуччя Г. Олпорта, Н. Бредбурна, Е. Дінера, М. Ягоди, Р. Еммонса, К. Ріфф, Р. Райана, Е. Десі, М. Селігмана,

М. Чіксентміхайі, С. Любомирські, І. Габанські та ін. Багатофакторна структура психологічного благополуччя К. Ріфф. Гедоністичний та евдемонічний підходи до розуміння психологічного благополуччя

Питання для самостійного вивчення. Поняття про сферу досвіду: унікальність, вибірковість, суб'єктивність, недосконалість в теорії К.Роджерса. "Я" як процес. Ідеальне "Я". Тенденція до самоактуалізації. Психологічне зростання. Перешкоди розвитку. Вимога визнання. Розвиток хибного образу "Я" (К. Роджерс, А.Маслоу). Повноцінно функціонуюча особистість. Параметри повноцінно функціонуючої особистості: відкритість переживанням, екзистенційний спосіб буття, організмична довіра, емпірична свобода, креативність в сучасних теоріях особистості. [6],[8].

Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти психології особистості

Тема 7. Особистість як самодетермінований феномен (2 год)

Особистість як складна динамічна, самоорганізуюча, відкрита психологічна система, як частина системи «людина-світ». Психологічна характеристика особистості як суб'єкта особистісного та професійного розвитку. Усвідомлені мотиви (потреби, інтереси, переконання, ідеали). Неусвідомлені мотиви (установки і потяги). Мотивація самореалізації та психологічного благополуччя особистості. Цінності, життєві перспективи, цілі життя. Самосвідомість, самоствавлення, Я-концепція. Духовність особистості.

Питання для самостійного вивчення. "Гуманістична психологія". Еклектизм як принцип побудови психологічної теорії. Множинна єдність особистості. Пропріум. Стабільність та змінність у розвитку особистості. Вплив особистості на соціальні явища. Упередженість. Релігійність. Поширення пліток. [5],[6].

Тема 8. Самореалізація особистості (2 год)

Феномен самоактуалізації особистості. Пов'язані поняття самоактуалізації та самореалізації особистості. Суб'єктні характеристики особистісного зростання, основні чинники та умови самореалізації особистості. Психологічний зміст, складові і характеристики самоактуалізованої, психологічно зрілої особистості. Особистісна автономія та самодетермінація. Суб'єктні характеристики особистості. Особистісне зростання. Перешкоди на шляху самоактуалізації. Негативний вплив попереднього досвіду. Вплив групи та суперечливий тиск оточення. Внутрішні "захисти".

Питання для самостійного вивчення. Дифіцитарна мотивація. Потреба у самоактуалізації в теорії А. Маслоу. Відмінності між дефіцитарною та буттєвою мотиваціями. Дефіцитарна любов та буттєва любов. Метамотивація. Метапотреби. Метапатології. Метажалоби. Вершинні переживання. Переживання "плато". Вісім типів поведінки, що ведуть до самоактуалізації: концентрація, вибір зростання, самопізнання, чесність, довіра собі,

саморозвиток, вершинні переживання, відсутність захисту. Комплекс Іони. Еупсихея. [6],[10]

Тема 9. Бар'єри самореалізації особистості (2 год)

Основні поняття, що розкривають різні аспекти кризи особистості. Особистісний адаптаційний потенціал. Поняття стресу та деформацій особистості. Поняття про кризи. Нормативні та ненормативні кризи розвитку особистості. Особистісний потенціал, стратегії долаючої стрес поведінки (копінг-стратегії), психологічні захисти, рівень фрустраційної толерантності як чинник деформацій та стратегії їх подолання. Шляхи профілактики та подолання особистісних деструкцій. Психологічна діагностика стратегій долаючої стрес поведінки, психологічних захистів особистості, деструктивних станів особистості.

Питання для самостійного вивчення. Характеристики бар'єрів саморозвитку. Втеча від свободи, навчена безпорадність, пригнічена творчість та інші феномени в теорії Е. Фрома, як бар'єри самореалізації. Роль стереотипів і установок у формуванні бар'єрів самореалізації. [6],[10]

Тема 10. Соціально-психологічні практики конструювання життєвого шляху особистості (2 год)

Теоретико-методологічні підходи до життєтворення як практикування (Т.Титаренко). Модель соціально-психологічних практик життєтворення особистості. Життєві шляхи особистості: напрями моделювання процесуальності. Способи оптимізації практик особистісного автобіографування. Життєтворення у мотиваційно-дискурсивному вимірі (В. О. Климчук). Мотиваційно-дискурсивні практики життєтворення.

Питання для самостійного вивчення. Близька і далека перспектива у процесі конструювання життєвого шляху. Планування майбутнього на різних вікових періодах особистісного розвитку. Порівняльна характеристика психологічного впливу на особистість мрій та цілей. [4], [9],[10]

Тема 11. Соціально-психологічні практики життєтворення особистості (2 год.)

Теоретична модель соціально-психологічних практик життєтворення (Б. П. Лазоренко). Субкультури проблемної молоді: пошуки себе. Репертуар та основні характеристики асоціальних практик життєконструювання проблемної молоді. Можливості трансформації асоціальних практик життєконструювання проблемної молоді в практики просоціальні. Технології оптимізації просоціальних практик життєконструювання особистості в субкультурах проблемної молоді. Керування ризиками як фактор життєтворення особистості.

Проблема керування ризиками: реалії соціального простору. Мінімізація ризиків, соціально-психологічна безпека та стабільність особистості. Соціально-психологічні практики стабілізації життєвого простору особистості.

Питання для самостійного вивчення. Історичні аспекти виникнення молодіжних субкультур, їх значення в процесі становлення особистості. Вікові особливості ранньої юності в контексті життєвого самовизначення. Провідні види діяльності в юнацькому віці. Поняття інтелектуальної дорослості та емоційної незрілості в контексті життєтворення. [4],[9]

Тема 12. Зустріч зі смертю як технологія життєтворення особистості (2 год)

Психологічний ресурс страху смерті: від деструкції до можливості конструювання. Способи взаємодії людини зі страхом смерті. Практики інтеграції страху смерті у військових та цивільних громадян

Питання для самостійного вивчення. Концептуалізація поняття смерті в суспільній свідомості. Культурологічний і соціально-психологічний виміри смерті. Особливості українських традицій ставлення до смерті. Особливості впливу реального та уявного танатологічного досвіду на особистість [6],[7]

Зміст семінарських занять

Змістовий модуль 1. Сучасні теоретико-методологічні проблеми екзистенційної психології особистості

Тема 1. Етапи розвитку екзистенційних підходів до вивчення життєвого шляху особистості (4 год)

Феномени життєвої перспективи, самоефективності, саморозуміння та самоствавлення особистості. Особистісна автономія, психологічного благополуччя та життєстійкості особистості. Самодетермінація особистості. Технології сприяння розвитку особистості. Екзистенційна персонологія в контексті психологічної науки: предмет, об'єкт, визначення, особливості діяльності персонологів. Історія становлення екзистенційної психології особистості. Основні проблеми екзистенційної психології особистості.

Завдання для самостійної роботи: зробити порівняльну характеристику різних підходів до визначення поняття особистості. Познайомитись з основними критеріями оцінки персонологічних теорій. Здійснити оцінку актуальності існуючих персонологічних теорій [1], [5],[6].

Тема 2. Основні напрямки сучасних досліджень особистості (4 год)
Постнекласична модель особистості як активного самодетермінованого суб'єкта. Розроблення методів діагностики та технологій сприяння

самодетермінації розвитку особистості. Особливості підбору технік та методів активного навчання та розвитку особистості. Особливості проведення професійно-імітаційних вправ, ігор, дискусій, диспутів, тренінгів, кейс-методу тощо. Чинники криз професійного становлення. Психотехніки спрямовані на формування та розвиток міжособистісної, комунікативної, адаптивної компетентностей, здатностей до рефлексії особистісних актуальних можливостей та потенційних ресурсів, компетентності саморозвитку

Завдання для самостійної роботи: підготуватись до проведення професійно-імітаційних вправ, ігор, дискусій, диспутів, для цього підібрати три актуальні теми в рамках екзистенційного життєтворення, бути готовим обговорювати ці теми за допомогою імітаційних вправ. [1], [5],[6].

Тема 3. Методологічні принципи екзистенційної психології особистості (4 год.)

Сфера предметної площини екзистенційної психології особистості. Феноменології індивідуальних особливостей особистості: установки, риси, потреби, емоції. Критерії визначення зрілості особистості. Поняття системного та цільового детермінізму у вивченні особистості. Основні підходи до розуміння структури особистості. Особистість як цілісність, та синтез структурно-функціональних і філо- та онтогенетичних уявлень. Роль установки у формуванні особистості (Д.М. Узнадзе). Активність як творча діяльність. Надситуативна поведінка, що долає стереотипи, шаблони, звичні дії. Преформізм й епігенеза. Проблема детермінант розвитку (вплив середовища, соціуму й/або природи, спадковості на особистість). Проблема стадій розвитку й критеріїв переходу від однієї стадії до іншої.

Стадії формування “Я” в процесі життєвого шляху особистості (Е.Еріксон). Структурний і динамічний підхід до дослідження одиниць організації особистості. Типологічні підходи до особистості. Обмеження типологічного підходу.

Завдання для самостійної роботи: описати особливості особистісного становлення, індивідуальну типологію відомої або історичної особистості (за вибором) за допомогою біографічного методу та методу аналізу життєвого шляху. [1], [2],[6]

Тема 4. Рушійні сили у розвитку особистості та побудови стратегії життєвого шляху. (4 год)

Особистість і її місце в різних площинах: системний та історико-еволюційний підходи до особистості. Номотетичний й ідеографічний підходи до вивчення особистості. Середовище, спадковість і розвиток особистості. Натуральний і культурний ряди розвитку особистості в онтогенезі. Двофакторні теорії детермінації розвитку особистості. Системна схема

детермінації розвитку особистості. Поняття рис особистості як стійких тенденцій поведінки. Проблема стійкості особистості і дилема особистісної-ситуативної обумовленості поведінки. Інструментальний рівень особистості: характер і здібності. Співвідношення характеру й особистості у вузькому сенсі слова. Акцентуації характеру. Формування характеру. Поняття про здібності. Тести загальних і спеціальних здібностей. Значеннева сфера особистості. Особистість і мотивація. Загальне уявлення про значенневі утворення і значенневі системи. Якісні методи дослідження внутрішнього світу особистості.

Завдання для самостійної роботи: Опрацювати діагностичні критерії визначення характерологічних особливостей особистості. На основі обраного діагностичного інструментарію провести самоаналіз розвитку і функціонування характерологічних особливостей, акцентуацій характеру. [2],[3],[6],[8].

Тема 5. Теорії самодетермінації особистості (6 год)

Сутність теорії самодетермінації Р. Раяна і Е. Десі. Персонологічні теорії, які вивчають базові потреби особистості (компетентність, автономія (самодетермінація), позитивні стосунки). Екзистенційно орієнтовані теорії свободи (Е. Фромм, В. Франкл, Р. Мей). Теорія суб'єктності (Р. Харре). Теорія самоефективності (А. Бандура). Теорія самоактуалізації (А. Маслоу). Теорія часової перспективи (Ж. Нюттен). Теорії "поточку" (М. Чікзентміхалі). Творче "Я". Фікційний фіналізм, єдність особистості, стиль життя в теорії А. Адлера. Символізм колективного несвідомого, нумінозність, міфи та релігія в терії К.Юнга. Розвиток ідей: расова та етнічна ідентичність в теорії Е.Еріксона. Терапія. Тест словесних асоціацій. Сновидіння. Синхронія.

Завдання для самостійної роботи: практика використання тесту словесних асоціацій в аналізі глибинних проблем особистості, на прикладі запропонованого запиту. Підготувати презентацію із описом і поясненням походження та сучасного використання бразів архетипів згідно теорії К.Юнга. [2],[3],[6],[8]

Тема 6. Теорії психологічного благополуччя особистості (4 год)

Проаналізувати класичні теорії благополуччя Г. Олпорта, Н. Бредбурна, Е. Дінера, М. Ягоди, Р. Еммонса, К. Ріфф, Р. Райана, Е. Десі, М. Селігмана, М. Чікзентміхайі, С. Любомирські, І. Габанські. Аналіз багатофакторної структури психологічного благополуччя К. Ріфф. Порівняльна характеристика гедоністичного та евдемонічного підходів до розуміння психологічного благополуччя. Поняття про сферу досвіду: унікальність, вибірковість, суб'єктивність, недосконалість в теорії К.Роджерса. Тенденція до самоактуалізації в терії А. Маслоу. Психологічне зростання. Перешкоди розвитку особистості. Потреба у визнанні в процесі становлення особистості. Розвиток хибного образу "Я" (К. Роджерс, А.Маслоу). Поняття повноцінно

функціонуючої особистості. Параметри повноцінно функціонуючої особистості: відкритість переживанням, екзистенційний спосіб буття, організмична довіра, емпірична свобода, креативність в сучасних теоріях особистості.

Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати вплив на побудову життєвого шляху особистості основних феноменологічних явищ екзистенційної психології: буття-у-світі, небуття, тривога, провина, інтенціональність, турбота, любов, воля, свобода, доля. Результати самостійної роботи оформити у вигляді доповіді, презентації [5],[6].

Змістовий модуль 2. Прикладні аспекти психології особистості

Тема 7. Особистість як самодетермінований феномен (4 год)

Психологічна характеристика особистості як суб'єкта особистісного та професійного розвитку. Поняття квазіособистості. Поняття індивід в персонології. Поняття індивідуальності в психології. Усвідомлені мотиви (потреби, інтереси, переконання, ідеали). Неусвідомлені мотиви (установки і потяги). Мотивація самореалізації та психологічного благополуччя особистості. Цінності, життєві перспективи, цілі життя. Самосвідомість, самоствавлення, Я-концепція. Духовність особистості. "Гуманістична психологія". Еклектизм як принцип побудови психологічної теорії. Множинна єдність особистості. Пропріум. Стабільність та змінність у розвитку особистості. Вплив особистості на соціальні явища. Упередженість. Релігійність. Поширення пліток.

Завдання для самостійної роботи: Вивчити і описати екзистенційні моделі механізмів захисту особистості. Підберіть практичні кейси, де б психолог консультант працював з проблемою переносу, контрпереносу. [5],[6].

Тема 8. Самореалізація особистості. (4 год)

Психологічний зміст, складові і характеристики самоактуалізованої особистості. Характеристики психологічно зрілої особистості. Чинники самореалізації особистості. Особистісна автономія та самодетермінація. Суб'єктні характеристики особистості. Особистісне зростання. Психологічна компетентність. Особистісна автономія та самодетермінація. Суб'єктні характеристики особистості. Особистісне зростання. Перешкоди на шляху самоактуалізації. Негативний вплив попереднього досвіду. Вплив групи та суперечливий тиск оточення. Внутрішні "захисти". Дефіцитарна мотивація. Відмінності між дефіцитарною та буттєвою мотиваціями. Дефіцитарна любов та буттєва любов. Метамотивація. Метапотреби. Метапатології. Метажалоби. Вершинні переживання. Переживання "плато". Вісім типів поведінки, що ведуть до самоактуалізації: концентрація, вибір зростання, самопізнання, чесність, довіра собі, саморозвиток, вершинні переживання, відсутність захисту. Комплекс Іони. Еупсихея.

Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати психотерапевтичну стратегію “Логотерапію” розроблену В. Франклом. Оформити саморефлексію у вигляді есе [5],[6].

Тема 9. Бар’єри самореалізації особистості (4 год)

Основні поняття особистісних криз. Особистісний адаптаційний потенціал. Поняття стресу та деформацій особистості. Нормативні та ненормативні кризи розвитку особистості. Особистісний потенціал, стратегії долаючої стрес поведінки (копінг-стратегії). Психологічні захисти, рівень фрустраційної толерантності як чинник деформацій та стратегії їх подолання. Шляхи профілактики та подолання особистісних деструкцій. Психологічна діагностика стратегій долаючої стрес поведінки, психологічних захистів особистості, деструктивних станів особистості. Характеристики бар’єрів саморозвитку. Втеча від свободи, навчена беспорядність, пригнічена творчість та інші феномени в теорії Е. Фрома, як бар’єри самореалізації. Роль стереотипів і установок у формуванні бар’єрів самореалізації.

Завдання для самостійної роботи: Проаналізувати інструменти психологічної діагностики стратегій долаючої стрес поведінки, психологічних захистів особистості, деструктивних станів особистості. Сформулювати батарею методик для діагностичної роботи зазначеної тематики. [5],[7].

Тема 10. Соціально-психологічні практики конструювання життєвого шляху особистості (6 год)

Життєві шляхи особистості: напрями моделювання процесуальності за Т. Титаренко. Способи оптимізації практик особистісного автобіографування. Життєтворення у мотиваційно-дискурсивному вимірі (В. О. Климчук). Мотиваційно-дискурсивні практики життєтворення. Близька і далека перспектива у процесі конструювання життєвого шляху. Способи планування майбутнього особистістю на різних вікових періодах. Поняття про мрії та цілі, порівняльна характеристика даних феноменів особистості.

Завдання для самостійної роботи: Пропарацювати методику роботи з графічно-малюнковими репрезентаціями основних етапів життя у ранній юності (на прикладі тесту часу Т.Котт) саморефлексію оформити у вигляді висновків [4],[9].

Тема 11. Соціально-психологічні практики життєтворення особистості блемної молоді (6 год)

Теоретична модель соціально-психологічних практик життєтворення (Б. П. Лазоренко). Історичні аспекти виникнення молодіжних субкультур, їх значення в процесі становлення особистості. Аналіз сутності молодіжних

субкультур. Вікові особливості ранньої юності в контексті життєвого самовизначення. Провідні види діяльності в юнацькому віці. Репертуар та основні характеристики асоціальних практик життєконструювання проблемної молоді. Способи трансформації асоціальних практик життєконструювання проблемної молоді в практики просоціальні. Технології оптимізації просоціальних практик життєконструювання особистості в субкультурах проблемної молоді. Керування ризиками як фактор життєтворення особистості. Соціально-психологічна безпека та стабільність особистості. Соціально-психологічні практики стабілізації життєвого простору особистості. Поняття інтелектуальної дорослості та емоційної незрілості в контексті життєтворення.

Завдання для самостійної роботи: Працювати методикою каузометрії та багатовимірне шкалювання як метод дослідження життєвого шляху. Побудувати особисту каузоматрицю та таблицю причинно-наслідкових зв'язків власного життєвого шляху. Саморефлексію оформити у вигляді висновків [4],[9].

Тема 12. Зустріч зі смертю як технологія життєтворення особистості (6 год)

Стратегії розгляду страху смерті як психологічного ресурсу для життєтворення особистості. Способи взаємодії людини зі страхом смерті. Практики інтеграції страху смерті у військових та цивільних громадян. Концептуалізація поняття смерті в суспільній свідомості та психології. Аналіз психологічних теорій, що розглядають смерть, як фактор впливу на особистісне становлення. Культурологічний і соціально-психологічний виміри смерті. Особливості українських традицій ставлення до смерті. Особливості впливу реального та уявного танатологічного досвіду на особистість. Поняття танатологічної компетентності. Практики прийняття власної смертності. Інтеграція ідеї смерті в повсякденність особистості. Зустріч зі смертю як театральний перформанс.

Завдання для самостійної роботи: Опрацювати моделі організації життєвого досвіду в ситуації зустрічі зі смертю: модель “Зміщення центру”; модель “Локалізація”; модель “Захист”. Саморефлексію оформити у вигляді висновків [6],[7].

Зміст самостійної роботи здобувачів

Розподіл годин, виділених на вивчення дисципліни:

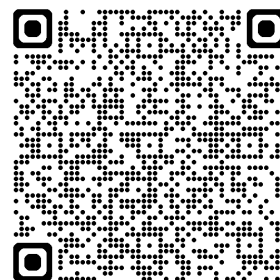
Найменування видів робіт	Розподіл годин за формами навчання	
	денна	заочна

Самостійна робота, год, у т.ч.:	96	162
Опрацювання матеріалу, викладеного на лекціях	20	30
Підготовка до практичних занять та контрольних заходів	30	32
Підготовка звітів з практичних робіт	20	34
Підготовка до поточного контролю	10	42
Опрацювання матеріалу, винесеного на самостійне вивчення	16	24

ПОЛІТИКА КУРСУ

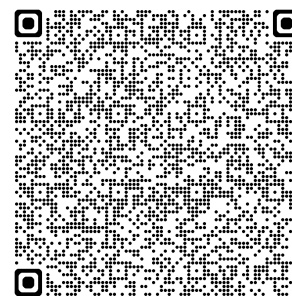
1) щодо системи поточного і підсумкового контролю

Організація поточного та підсумкового семестрового контролю знань студентів, проведення практик та атестації, переведення показників академічної успішності за 100-бальною шкалою в систему оцінок за національною шкалою здійснюється згідно з “Положенням про систему поточного і підсумкового контролю, оцінювання знань та визначення рейтингу здобувачів освіти”. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



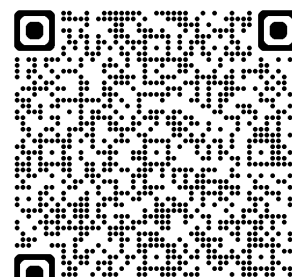
2) щодо оскарження результатів контрольних заходів

Здобувачі вищої освіти мають право на оскарження оцінки з дисципліни отриманої під час контрольних заходів. Апеляція здійснюється відповідно до «Положення про політику та врегулювання конфліктних ситуацій». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



3) щодо відпрацювання пропущених занять

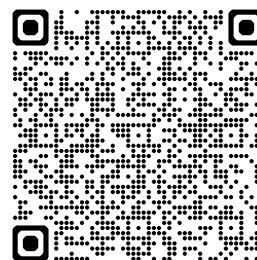
Згідно “Положення про організацію освітнього процесу” здобувач допускається до семестрового контролю з **конкретної**



навчальної дисципліни (семестрового екзамену, диференційованого заліку), якщо він виконав усі види робіт, передбачені на семестр навчальним планом та силабусом/робочою програмою навчальної дисципліни, підтвердив опанування на мінімальному рівні результатів навчання (отримав ≥ 35 бали), відпрацював визначені індивідуальним навчальним планом всі лекційні, практичні, семінарські та лабораторні заняття, на яких він був відсутній. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).

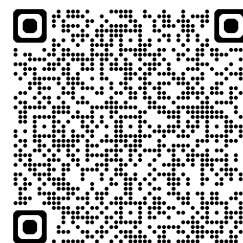
4) щодо дотримання академічної доброчесності

“Положення про академічну доброчесність” закріплює моральні принципи, норми та правила етичної поведінки, позитивного, сприятливого, доброчесного освітнього і наукового середовища, професійної діяльності та професійного спілкування спільноти Університету, викладання та провадження наукової (творчої) діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



5) щодо використання штучного інтелекту

“Положення про академічну доброчесність” визначає політику щодо використання технічних засобів на основі штучного інтелекту в освітньому процесі. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#). “Положення про систему запобігання та виявлення академічного плагіату, самоплагіату, фабрикації та фальсифікації академічних творів” містить рекомендації щодо використання в академічних текстах генераторів на основі штучного інтелекту. Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



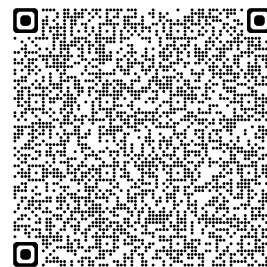
6) щодо використання технічних засобів в аудиторії та правила комунікації

Використання мобільних телефонів, планшетів та інших гаджетів під час лекційних та практичних занять дозволяється виключно у навчальних цілях (для уточнення певних даних, перевірки правопису, отримання довідкової інформації тощо). На гаджетах повинен бути активований режим «без звуку» до початку заняття. Під час занять заборонено надсилання текстових повідомлень, прослуховування музики, перевірка електронної пошти, соціальних мереж тощо, окрім виробничої необхідності. Під час виконання заходів контролю використання гаджетів заборонено (за винятком, коли це передбачено умовами його проведення). У разі порушення цієї заборони результат анулюється без права перескладання.

Комунікація відбувається через електронну пошту і сторінку дисципліни в Moodle.

7) щодо зарахування результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти

Процедури визнання результатів навчання, здобутих шляхом формальної/інформальної освіти визначаються «Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та / або інформальної освіти». Ознайомитись з документом можна за [покликанням](#).



Під час вивчення навчальної дисципліни студентам надається можливість перезарахування неформальної освіти. До прикладу, із запропонованого переліку можна пройти сертифіковані (безкоштовні) курси на освітніх платформах, відтак сертифікат, який отримали під час навчання, – є підтвердженням засвоєння студентом окремих тем, що включені у зміст дисципліни.

№ п/п	Перелік сертифікованих (безкоштовних) онлайн-курсів	Перелік тем, які можуть бути перезараховані (за умови наявності сертифіката на ім'я та прізвище студента/студентки)
1.	https://www.udemy.com/course/introduction-to-existentialism/?srsltid=AfmBOopOchajlAV5h-asV2O8ed37k86n0lbgWjOE_HXfGey1zXF6hWO	Модуль 1. Тема 1. Етапи розвитку екзистенційних підходів до вивчення життєвого шляху особистості

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При вивченні дисципліни застосовується комплекс методів для організації навчання студентів з метою розвитку їх логічного та абстрактного мислення, творчих здібностей, підвищення мотивації до навчання та формування особистості майбутнього фахівця.

Програмний результат навчання	Метод навчання	Метод оцінювання
ПРН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання	бесіда бесіда-діалог аналітичний	усний контроль програмований контроль
ПРН2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдан	бесіда; бесіда-діалог; аналітичний; комп'ютерні і мультимедійні методи індуктивний;	самооцінювання

	бесіда мозковий штурм	
ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних засад і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання.	комп'ютерні і мультимедійні методи індуктивний; аналітичний; дослідницький	письмовий контроль
ПРН10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.	порівняльний; аналітичний	самооцінювання
ПРН13. Взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності.	синтетичний	поточний контроль
ПРН15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку	репродуктивний; проблемно-пошуковий	поточний контроль
ПРН16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога	репродуктивний	самооцінювання

ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Вид	Зміст	% від загальної оцінки	Бал	
			min	max
Поточні контрольні заходи	всього	60	35	60
Підсумкові контрольні заходи	екзамен	40	25	40
Всього:	-	100	60	100

Процедура проведення контрольних заходів, а саме поточного контролю знань протягом семестру та підсумкового семестрового контролю, регулюється «Положенням про систему поточного та підсумкового контролю оцінювання знань та визначення рейтингу студентів».

Фіксація **поточного** контролю здійснюється в “Електронному журналі обліку успішності академічної групи” на підставі чотирибальної шкали – “2”; “3”; “4”; “5”. У разі відсутності студента на занятті виставляється “н”. За результатами поточного контролю у Журналі, автоматично визначається підсумкова оцінка, здійснюється підрахунок пропущених занять.

Критерії оцінювання:

«незадовільно»	володіє навчальним матеріалом на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів, елементів, об’єктів, що позначаються окремими словами чи реченнями; володіє матеріалом на елементарному рівні засвоєння, викладає його уривчастими реченнями, виявляє здатність висловити думку на елементарному рівні; володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять не значну частину навчального матеріалу;
-----------------------	---

<p>«задовільно»</p>	<p>володіє матеріалом на початковому рівні, значну частину матеріалу відтворює на репродуктивному рівні; володіє матеріалом на рівні, вищому за початковий, здатний за допомогою викладача логічно відтворити значну його частину; може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, за допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити висновки, виправляти допущені помилки;</p>
<p>«добре»</p>	<p>здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних ситуацій, частково контролювати власні навчальні дії, наводити окремі власні приклади на підтвердження певних тверджень: вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати її на практиці, контролювати власну діяльність, виправляти помилки і добирати аргументи на підтвердження певних думок під керівництвом викладача; вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, та вміє застосовувати його на практиці; вільно розв'язує задачі в стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу;</p>
<p>«відмінно»</p>	<p>виявляє початкові творчі здібності, самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, оцінює окремі нові факти, явища, ідеї; знаходить джерела інформації та самостійно використовує їх відповідно до цілей, поставлених викладачем; вільно висловлює власні думки і відчуття, визначає програму особистої пізнавальної діяльності, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особисту позицію щодо них; без допомоги викладача знаходить джерела інформації і використовує одержані відомості відповідно до мети та завдань власної пізнавальної діяльності; використовує набуті знання і вміння в нестандартних ситуаціях; виявляє особливі творчі здібності, самостійно розвиває власні обдарування і нахили, вміє самостійно здобувати знання.</p>

Усі пропущені заняття, а також негативні оцінки студенти зобов'язані відпрацювати впродовж трьох наступних тижнів. У випадку недотримання цієї норми, замість “н” в журналі буде виставлено “0” (нуль балів), без права перездачі. Відпрацьоване лекційне заняття в електронному журналі позначається літерою «в». До підсумкового контролю допускаються студенти які за результатами поточного контролю отримали не менше 35 балів. Усі студенти, що отримали 34 балів і менше, не допускаються до складання

підсумкового контролю і на підставі укладання додаткового договору, здійснюють повторне вивчення дисципліни впродовж наступного навчального семестру. За результатами підсумкового контролю (диференційований залік/екзамен) студент може отримати 40 балів. Студенти, які під час підсумкового контролю отримали 24 бали і менше, вважаються такими, що не здали екзамен/диференційований залік і повинні йти на перездачу.

Загальна семестрова оцінка з дисципліни, яка виставляється в екзаменаційних відомостях оцінюється в балах (згідно з **Шкалою оцінювання знань за ЄКТС**) і є сумою балів отриманих під час поточного та підсумкового контролю.

Шкала оцінювання знань за ЄКТС:

Оцінка за національною шкалою	Рівень досягнень, %	Шкала ECTS
Національна диференційована шкала		
Відмінно	90 – 100	A
Добре	83 – 89	B
	75 – 82	C
Задовільно	67 – 74	D
	60 – 66	E
Незадовільно	35 – 59	FX
	0 – 34	F
Національна недиференційована шкала		
Зараховано	60 – 100	-
Не зараховано	0 – 59	-

Студенти, які не з'явилися на екзамені без поважних причин, вважаються такими, що одержали незадовільну оцінку.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Варій М.Й. Психологія особистості. Київ: ВД «Сварог», 2020. 592 с.
2. Екзистенціальна орієнтація в психологічному консультуванні. 2022. URL: http://www.ni.biz.ua/13/13_9/13_93603_ekzistentsialnaya-orientatsiya-v-psihologich-eskom-konsultirovanii.html
3. Зварич І.М., Чуйко Г. В, Колтунович Т. А. Екзистенційна та гуманістична психологія : навч. посібник; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 496 с.
4. Климчук В. Життєвий шлях особистості: математичне моделювання за допомогою багатомірного шкалювання. Соціальна психологія. 2006. №4(18). С. 182-191
5. Матвійчук Т. В. Теорії особистості в зарубіжній та українській психології: навчальний посібник; Хмельницький кооперативний торговельно-економічний інститут. Львів : Видавець Марченко Т. В., 2020. 499 с.
6. Мельніков А. С. Екзистенціальна психологія: навчально-методичні рекомендації для студентів магістерського рівня спеціальності «Психологія». Одеса, 2020. 26 с. URL : <http://dspace.onua.edu.ua/handle/11300/13462>.
7. Мирончак К.В., Зустріч зі смертю: способи організації життєвого досвіду. Монографія. 2020, 136 с
8. Питлюк-Смеречинська О.Д. Роль емоційного інтелекту в структурі «Я-концепції» особистості, Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2016. С.316-323.
9. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
10. Франкл В.. Логотерапія — метод екзистенціального психоаналізу. 2021. URL: <https://alexus.com.ua/viktor-frankl-logoterapiya-metod-ekzistencialnogo-psixoanalizu/>

Додаткова література

11. Козловський І. Людина на перехресті. Роздуми про екзистенційний інтелект. Київ: Колесо життя, 2023. 120с.
12. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості. Київ: Ніка-Центр, 2006. 280 С.
13. Пурйо Т. Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла. Київ, 2024.
14. Франкл В. Лікар та душа. Основи логотерапії. Київ: Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля» 2023, 320 с.
15. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Київ: КСД, 2021. 160 с.
16. Фурман А. А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с.
17. Ялом І. Дар психотерапії. Відкритий лист до нового покоління терапевтів та їхніх пацієнтів Київ. Видавництво Ростислава Бурлаки, 2024. 384 с.