

Освітній компонент (за планом 2023)	<b>Вибірковий освітній компонент 5</b> <b>Афективна психогенеза особистості</b>
Рівень ВО	Бакалавр
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	053 Психологія Психологія
Форма навчання	Денна
Курс, семестр, протяжність	3 курс 5 семестр 18 тиж.
Семестровий контроль	Залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	усього -150; лекцій - 10; практичних – 10 10 - лабор.
Мова викладання	Українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Педагогічної та вікової психології
Автор дисципліни	Олександр Остапйовський
<b>Короткий опис</b>	
Вимоги до початку вивчення	До початку вивчення дисципліни здобувач освіти повинен володіти знаннями з основ психології
Що буде вивчатися	Психоемоційні аспекти розвитку людини протягом її життя. Різні аспекти, включаючи когнітивний, емоційний, соціальний і психічний розвиток.
Чому це цікаво/треба вивчати	<p>Вивчення дисципліни дасть :</p> <p><b>Розуміння себе:</b> Дослідження психоемоційного розвитку допомагає людині краще зрозуміти свої емоції, реакції та поведінку. Це може допомогти виявити сильні сторони і слабкі сторони особистості, а також розвинути навички саморефлексії та самопізнання.</p> <p><b>Покращення міжособистісних відносин:</b> Розуміння психологічних аспектів емоцій та поведінки може сприяти покращенню спілкування з іншими людьми, розвитку емпатії та взаєморозуміння в міжособистісних відносинах.</p> <p><b>Покращення психічного здоров'я:</b> Знання про психоемоційний розвиток може допомогти людині впоратися зі стресом, тривогою, депресією та іншими психічними проблемами. Розуміння власних емоцій та їхніх впливів може допомогти знаходити засоби для підтримки психічного здоров'я.</p>

	<p><b>Сприяння розвитку особистості:</b> Вивчення психоемоційного розвитку може сприяти розвитку особистості, допомагаючи людині зростати як особа, розвивати свій потенціал і досягати особистісних цілей.</p> <p><b>Соціальна корисність:</b> Розуміння психоемоційного розвитку може бути корисним у багатьох сферах життя, включаючи освіту, роботу, виховання дітей, міжособистісні відносини, а також управління власним життям та вплив на оточуючих.</p>
<p>Чому можна навчитися (результати навчання)</p>	<p>Навчання "Афективна психогенеза особистості" може покращити її психологічний стан, емоційну стійкість та загальне благополуччя. Деякі з важливих результатів навчання цієї дисципліни включають:</p> <p><b>Розвиток емоційного інтелекту:</b> Навчання дозволяє розуміти, розпізнавати та керувати своїми власними емоціями, а також емоціями інших людей. Це може сприяти покращенню міжособистісних відносин і робити їх більш сприятливими.</p> <p><b>Саморегуляція та стресостійкість:</b> Людина навчається ефективніше реагувати на стресові ситуації, розрізняти ситуації, які вимагають активної дії, від тих, які потребують прийняття, а також знаходити стратегії для зниження рівня стресу.</p> <p><b>Підвищення самосвідомості:</b> Людина стає більш свідомою своїх потреб, бажань, цінностей та мет, що дозволяє їй краще розуміти себе і свої мотивації.</p> <p><b>Покращення міжособистісних відносин:</b> Здатність розуміти та керувати своїми емоціями сприяє покращенню взаєморозуміння з іншими людьми, а також розвитку здатностей до емпатії та підтримки.</p> <p><b>Покращення психічного здоров'я:</b> Навчання психоемоційному розвитку може допомогти у запобіганні або кращому керуванні різними психічними проблемами, такими як тривога,</p>

	<p>депресія або низька самооцінка.</p> <p><b>Особистісний розвиток:</b> Пізнання власних емоцій, переконань і цінностей допомагає особі краще розвиватися, ставати більш самостійною та впевненою у собі.</p> <p>Отже, результати навчання "Афективна психогенеза особистості" можуть бути досить значущими, сприяючи не лише особистісному зростанню, а й забезпечуючи більш успішне та задовільне життя в різних сферах життя.</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Користуватися набутими знаннями та навичками з "Афективна психогенеза особистості" можна у різних сферах життя свого життя незалежно від спеціалізації. Ось деякі способи, якими ці компетентності можуть бути застосовані:</p> <p><b>Особистісний розвиток:</b> Знання про психоемоційний розвиток може бути використано для самопізнання та розвитку особистості.</p> <p><b>Міжособистісні відносини:</b> Компетентності в області психоемоційного розвитку можна застосовувати для покращення міжособистісних відносин.</p> <p><b>Стресменеджмент:</b> Знання про стрес та його вплив на психічне здоров'я може допомогти вам ефективніше керувати стресом у своєму житті.</p> <p><b>Розвиток емпатії і розуміння інших:</b> Розуміння психоемоційного розвитку може допомогти вам краще розуміти емоції інших людей та їхні реакції на події.</p> <p><b>Вирішення конфліктів:</b> Знання про психоемоційний розвиток допоможе вам краще розуміти джерела конфліктів та способи їх вирішення. Це може виявитися корисним у ваших особистих та професійних взаємодіях.</p> <p><b>Саморозвиток та самовдосконалення:</b> Набуті знання та навички можуть бути використані для постійного самовдосконалення і розвитку.</p> <p><b>Підвищення продуктивності:</b></p>

	<p>Розуміння своїх емоцій і стресових реакцій може допомогти вам краще керувати своїм часом та енергією.</p> <p><b>Формування звичок і стиль життя:</b> Знання про психоемоційний розвиток може стати основою для формування здорових звичок та стилю життя.</p>
<p>Інформаційне забезпечення</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Големан Д. Інтелектуальний капітал: навіщо він важливий для успіху у житті та бізнесі. Київ: Всесвіт, 2002.</li> <li>2. Інтелектуальна емпатія та її роль у взаємовідносинах: практичний посібник для психологів та соціальних працівників ; за ред. Л.М. Журавлевої. Київ: Видавничий центр «Академія», 2015.</li> <li>3. Майер Д., Саловей П. Інтелектуальна емоційність. Київ: Видавництво Соломії Павличко «Основи», 2019.</li> <li>4. Перегуда М. Розвиток емоційного інтелекту в освіті: практичний посібник. Київ: Освіта України, 2009.</li> <li>5. Радзівський П.М. Емоційний інтелект: Підручник. Київ: Академвидав, 2011.</li> <li>6. Саловей П. Інтелектуальна емоційність. Теорія і практика. Київ: Видавництво Соломії Павличко «Основи», 2016.</li> <li>7. Страутмане М., Лепакіна Н. Підручник з емоційного інтелекту: Керуй емоціями та підвищуй ефективність. Київ: Видавництво Соломії Павличко «Основи», 2019.</li> <li>8. Фрейдзон Е.Е. Емоційний інтелект. Як розкрити свій внутрішній потенціал. Київ: Видавничий дім Дмитра Бураго, 2019.</li> <li>9. Шакур В. Інтелектуальна емоційність: антологія вчених праць. Київ: Видавничий дім КМ Академія, 2015.</li> <li>10. Яблонська Л.Г. Емоційний інтелект: Психологічні технології розвитку. Київ: Видавничий дім «КМ Академія», 2017.</li> <li>11. Клименко, І. М. (2017). Психоемоційний розвиток особистості в</li> </ol>

освітньому процесі. Педагогічні науки, (2), 51-56.

12. Борисюк, О. (2019). Психоемоційний розвиток особистості як педагогічна проблема. Педагогіка і психологія професійної освіти, (3), 9-13.

13. Симоненко, В. (2020). Емоційний інтелект як основа соціально-психологічного розвитку старшокласників. Науковий вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія: Психологічні науки, (39), 36-40.

14. Гуцалюк, В. (2018). Формування емоційного інтелекту у вищих навчальних закладах. Інтегрована освіта, (1), 54-59.

15. Brackett, M. A., & Katulak, N. A. (2018). *Permission to Feel: Unlocking the Power of Emotions to Help Our Kids, Ourselves, and Our Society Thrive*. Celadon Books.

16. Cherniss, C., Goleman, D., Emmerling, R., Cowan, K. (Eds.). (2018). *The Emotionally Intelligent Workplace: How to Select For, Measure, and Improve Emotional Intelligence in Individuals, Groups, and Organizations*. Jossey-Bass.

17. Brackett, M. A., & Stern, R. (Eds.). (2019). *The Science of Emotional Intelligence: Knowns and Unknowns*. Oxford University Press.