

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

**КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Голова Вченої ради  
Навчально-наукового інституту  
психології та соціального захисту



Василь КАРАБИН

«2» вересня 2020 р.

## **БК АЗ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ**

### **ПРОГРАМА**

**вибіркової навчальної дисципліни**

**підготовки бакалавра**

**спеціальності: 035 Філологія**

**за освітньою програмою: Переклад з англійської мови**

Львів  
2020 рік

Розробник програми:

Лариса Руденко, професор кафедри практичної психології та педагогіки, доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник

---

Рецензент: Ірина Матійків, старший викладач кафедри освіти дорослих Київського НПУ імені М. П. Драгоманова, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник

---

Програму рекомендовано кафедрою практичної психології та педагогіки

Протокол від “31” серпня 2020 року № 1

Начальник (завідувач) кафедри практичної психології та педагогіки

прізвище)

(підпис)



Роксолана СІРКО

(ім'я та

Схвалено Вченою радою навчально-наукового інституту психології та соціального захисту

Протокол від “04” вересня 2020 року № 1

## ВСТУП

Програма вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Основи психології» складена відповідно до освітньої програми підготовки бакалавра спеціальності 035 «Філологія». Курс спрямований на формування у курсантів і студентів уявлень про основні поняття психології, закономірності психічних явищ, особливості прояву психіки особистості в обраному виді діяльності.

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є закономірності розвитку і проявів психічних явищ і їх механізми.

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Філософія», «Основи міжкультурної комунікації», «Безпека життєдіяльності».

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

**Змістовий модуль 1. Вступ до психології. Пізнавальні психічні процеси.**

Тема 1.1. Психологія як наука. Розвиток психіки в філогенезі й онтогенезі.

Тема 1.2. Психічні процеси особистості: відчуття, сприймання, мислення.

Тема 1.3. Психічні процеси особистості: увага, пам'ять, мовлення.

**Змістовий модуль 2. Індивідуально-психологічні особливості особистості**

Тема 2.1. Психологічні особливості особистості й емоційно-вольова сфера.

Тема 2.2. Індивідуальні особливості особистості. Темперамент. Характер.

Тема 2.3. Структура і види спілкування. Конфлікти.

Тема 2.4. Поняття групи та колективу. Групові ролі та взаємодія. Лідерство та його функції.

### 1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Основи психології» є формування на основі теоретичного вивчення і практичних занять навичок самопізнання, самоаналізу окремих проявів психіки та їх практичного застосування в житті.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Основи психології» є:

- ознайомити курсантів і студентів з основними категоріями, принципами, галузями і методами дослідження психології, з різними напрямками і концепціями вивчення особистості;

- сформувати навички використання набутих знань з основ психології у майбутній практичній діяльності й особистому житті.

1.3. Програмні результати навчання:

- організовувати процес свого навчання й освіти;
- співпрацювати з колегами, представникам інших культур та релігій, прибічниками різних політичних поглядів тощо.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин(и) / 3 кредити ECTS.

## **2. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.**

#### **ВСТУП ДО ПСИХОЛОГІЇ. ПІЗНАВАЛЬНІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ.**

##### **Тема 1.1. Психологія як наука. Розвиток психіки в філогенезі й онтогенезі.**

Психологія як наука. Предмет і об'єкт психологічної науки. Історичні етапи розвитку психології. Галузі психології. Методи психології.

Психіка, її функції. Багаторівневість психіки: свідомість, підсвідомість, несвідомість. Підсистеми психіки: психічні процеси, психічні властивості, психічні стани, психічні утворення.

Розвиток психіки в філогенезі: біологічно доцільні реакції; інстинктивна поведінка; наuczіння; інтелектуальна поведінка. Виникнення першої свідомості.

Розвиток психіки в онтогенезі: особливості психічних проявів у фазі немовляти, раннього віку, дошкільного, молодшого шкільного, підліткового та юності. Кризові періоди особистості: криза 3 років, Едіпів комплекс (5-7 років), криза підліткового віку.

##### **Тема 1.2. Психічні процеси особистості: відчуття, сприймання, мислення.**

Визначення психологічного поняття «відчуття». Феноменологія відчуттів: інтероцептивні, пропріоцептивні, екстеріоцептивні. Загальні закономірності відчуттів. Порушення відчуттів та їх профілактика. Методи розвитку відчуттів та їх використання при психологічній підготовці офіцера пожежно-рятувальних служб.

Визначення психологічного сприймання поняття «сприймання». Властивості сприймання: константність, предметність, цілісність, структурність, осмисленість. Феноменологія сприймання: особливості сприймання простору, віддаленості в глибину, розміру, напрямку, часу, руху.

Порушення сприймання. Методи розвитку сприймання та їх використання при психологічній підготовці офіцера пожежно-рятувальних служб.

Визначення психологічного поняття «мислення». Розвиток мислення в онтогенезі. Типологічна і генетична класифікація видів мислення. Індивідуальні особливості мислення. Порушення мислення. Методи розвитку мислення та їх використання при психологічній підготовці офіцера пожежно-рятувальних служб.

##### **Тема 1.3. Психічні процеси особистості: увага, пам'ять, мовлення.**

Визначення психологічного поняття «увага». Види уваги: мимовільна, довільна та після довільна. Характеристика зовнішньої та внутрішньої уваги. Характерні властивості уваги. Порушення уваги. Методи розвитку уваги та їх використання при психологічній підготовці офіцера пожежно-рятувальних служб.

Визначення психологічного поняття «пам'ять». Види пам'яті. Процеси пам'яті. Закономірності пам'яті. Порушення пам'яті. Методи розвитку пам'яті та їх використання при психологічній підготовці офіцера пожежно-рятувальних служб.

Функції мови і мовлення в діяльності людини. Розвиток мовлення в онтогенезі. Порушення мовлення. Методи розвитку мовлення та їх використання при психологічній підготовці офіцера пожежно-рятувальних служб.

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.**

### **ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

#### **Тема 2.1. Психологічні особливості особистості й емоційно-вольова сфера.**

Поняття «людина», «індивід», «індивідуальність». Концепції особистості З. Фрейда, А. Адлера, К. Платонова, О. Леонтьєва та ін.

Структура особистості. Спрямованість особистості (на себе, на завдання, на спілкування) та її вплив на професійну діяльність. Психологічний захист особистості.

Я-концепція. Самооцінка та рівень домагань особистості. Самоповага та її вплив на життєвий шлях особистості.

Розлади особистості. Особливості адиктивної поведінки. Особливості суїцидальної поведінки. Розлади психіки та поведінки людей у надзвичайних ситуаціях. Поняття про психічну норму та психічне захворювання. Неврози: визначення, види, ознаки запобігання. Реактивні психози: визначення, види, ознаки запобігання.

Характеристика емоцій та почуттів. Класифікація емоцій. Емоційний тон відчуттів. Емоційні стани. Афекти. Настрій. Поняття стресу та дистресу. Посттравматичний стрес. Етапи переживання особистістю психотравмуючих ситуацій (теорія локальних смертей Е. Кюглер-Росс).

Емоційні властивості особистості. Емоційні стани людини при стресових ситуаціях: стан бойової готовності, лихоманки, апатії. Вплив емоційної сфери особистості на ефективність діяльності пожежно-рятувальної служби. Регулювання емоцій.

Поняття волі. Структура вольового акту. Вольові якості особистості та їх формування засобами психологічної та фізичної підготовки.

#### **Тема 2.2. Індивідуальні особливості особистості. Темперамент. Характер.**

Поняття темпераменту та його психологічні теорії. Тип вищої нервової діяльності та темперамент. Характеристика його типів. Властивості темпераменту.

Прояв темпераменту в поведінці та діяльності. Вплив особливостей темпераменту на поведінку людей у надзвичайних ситуаціях.

Поняття характеру в психології. Зв'язок характеру і темпераменту.

Структура характеру. Властивості характеру: ставлення до людей, ставлення до себе, ставлення до праці, ставлення до речей. Акцентуації характеру та їх характеристика (за К. Леонгардтом).

Виразні ознаки характеру. Проблема взаємозв'язку характеру та зовнішнього вигляду людини. Врахування характерологічних ознак особистості у професійній діяльності пожежника-рятувальника.

### ***Тема 2.3. Структура і види спілкування. Конфлікти.***

Структура і види спілкування. Функції спілкування: перцептивна, комунікативна, інтерактивна. Вербальні та невербальні аспекти спілкування.

Взаємовідносини між людьми у процесі спілкування. Соціальна перцепція як механізм міжособистісного сприйняття. Казуальна атрибуція та її вплив на процес спілкування.

Види і типи конфліктів. Стилi поведінки в конфліктних ситуаціях за К. Томасом: ухил, компроміс, пристосуванство, суперництво, взаємодія. Стратегія вирішення конфліктних ситуацій.

### ***Тема 2.4. Поняття групи та колективу. Групові ролі та взаємодія. Лідерство та його функції.***

Класифікація груп. Основні функції групи. Стадії розвитку групи. Особливості примітивної групи. Проблема колективу в психології.

Офіційна та неофіційна структура групи: лідери, референтна група, аутсайтери. Соціометрія.

Соціально-психологічні процеси, які протікають в колективі (адаптація, комунікація, ідентифікація, інтеграція). Соціально-психологічні утворення колективу (колективний настрій, колективна думка, колективні традиції).

Поняття лідерства. Функції лідерства. Класифікація лідерства (формальне, неформальне, негативне, ситуативне та ін.).

Психологічні характеристики службової поведінки керівника. Основні принципи емпатійного слухання.

## **3. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА**

### **Базова**

1. Варій, М. Й. Військова психологія та педагогіка : посібник / М. Й. Варій, М. М. Козяр, М. С. Коваль ; за заг. ред. М. Й. Варія. – Львів : Сполом, 2003. – 624 с.
2. Варій, М. Й. Загальна психологія : навчальний посібник / М. Й. Варій. – 2-е видан., випр. і доп. – К. : Центр учбової літератури, 2007. – 968 с.
3. Варій, М. Й. Психологія : навч. пос. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. Й. Варій. – [2-ге вид.]. – К. : Центр учбової літератури, 2009. – 288 с.
4. Васянович, Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович. – К. : Педагогічна думка, 2012. – 114 с.

5. Життєдіяльність та життєтворчість особистості в особливих умовах: колективна монографія. За наук. ред М. М. Козяра. Львів: СПОЛОМ, 2018. 527 с.
6. Іщенко Д., Руденко Л. Методика навчання майбутніх фахівців цивільного захисту психології професійного спілкування. *Зб. наук. праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія : педагогічні науки / [гол. ред. О. В. Діденко]. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2017. № 4(11). С. 205–218.
7. Литвин А. В., Руденко Л. А. Актуальність застосування цілісного підходу в сучасній професійній освіті. *Професійна освіта: проблеми і перспективи* / ІІТО НАПН України. Київ : ІІТО НАПН України, 2016. Вип. 10. С. 20–26.
8. Литвин А. В., Руденко Л. А. Вплив психології на педагогічну науку та практику: полемічні аспекти. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців : методологія, теорія, досвід, проблеми*. : Вип. 50. К. ; Вінниця : ТОВ фірма «Планер», 2018. С. 146–153.
9. Литвин А. В., Руденко Л. А. Принцип наступності в контексті сучасної парадигми освіти. *Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності* : зб. наук. пр. Львів : ЛДУ БЖД, 2016. Вип. 14. С. 237—243.
10. Ліфарєва, Н. В. Психологія особистості : навчальний посібник / Н. В. Ліфарєва. – К : Центр учбової літератури, 2003. – 240 с.
11. М'ясоїд, П. А. Загальна психологія : навч. посібн. / П. А. М'ясоїд. – К. : Вища школа, 2001. – 487 с.
12. Максименко, С. Д. Загальна психологія : навч. посібник / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. – К. : МАУП, 2000. – 256 с.
13. Мацко, Л. А. Основи психології та педагогіки : навчальний посібник / Л. А. Мацко, М. Д. Прищак. – Вінниця : ВНТУ, 2009. – 158 с.
14. Основи психології / за заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. – К. : Либідь, 1996. – 632 с.
15. Павелків, Р. В. Загальна психологія: Підручник. – К. : Кондор, 2009. – 576 с.
16. Психологія : навчальний посібник / Т. В. Іванова, О. А. Кривопишина, П. І. Сахно та ін. ; за заг. ред. Л. М. Кудояра. – Суми : Сумський державний університет, 2011. – 331 с.
17. Психологія : підручник / за ред. Ю. Л. Трофімова. – К. : Либідь, 2001. – 558 с.
18. Психологія : підручник для студентів вищих навчальних закладів / кол. авторів; за ред. І. Ф. Прокопенка. – Харків : Фоліо, 2012. – 863 с.
19. Руденко Л. А. Основи психології та педагогіки : навч. посібник. Львів : ЛДУ БЖД, 2020. 146 с.
20. Савчин, М. В. Загальна психологія : навч. посіб. – К. : Академвидав, 2012. – 464 с.
21. Сергеєнкова, О. П. Загальна психологія : навч. посіб. / О. П. Сергеєнкова, О. А. Столярчук, О. П. Коханова, О. В. Пасека. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 296 с.

- 22.Скрипченко, О. В. Загальна психологія : навч. посібн. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К. : АПН, 2002. – 464 с.
- 23.Столяренко, О. Б. Психологія особистості : навч. посібн. / О. Б. Столяренко. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 280 с.
- 24.Цимбалюк І. М. Психологія / І. М. Цимбалюк. – К. : ВД «Професіонал», 2004. – 216 с.
- 25.Ягупов, В. В. Військова психологія. – К. : Тандем, 2004. – 656 с.

#### **Допоміжна**

1. Гамезо, М. В. Атлас по психологи : Информац.-метод. матер. к курсу «Общая психология» / М. В. Гамезо, И. А. Домащенко. – М. : Просвещение, 1986. – 272 с.
2. Збірник завдань з загальної психології / За ред. В. С. Мерліна. – К. : Вища школа, 1977. – 232 с.
3. Казарновська, Г. Б. Загальна, вікова та педагогічна психологія : зб. завдань / Г. Б. Казарновська, О. П. Долинна. – К. : Вища школа, 1990. – 142 с.
4. М'ясоїд, П. А. Задачі з курсу загальної психології / П. А. М'ясоїд. – К. : Вища школа, 2000. – 183 с.
5. Немов, Р. С. Психологія : в 3 кн. – М. : Владос, 1995. – Кн. 1. – 576 с.; Кн. 2. – 496 с.; Кн. 3 – 510 с.
6. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога / Е. И. Рогов. – М. : Владос, 1999. – Кн. 2. – 328 с.
7. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии : в 2 т. – М. : Педагогика, 1989. – Т. 1. – 320 с.; Т. 2. – 328 с.
8. Общая психология / под ред А. В. Петровского. – М. : Просвещение, 1986. – 464 с.
9. Психологія особистості : словник-довідник / за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К. : Рута, 2001. – 320 с.
10. Практикум з психології / за ред. Г. Г. Бикової. – Львів : Вид-во Львів. ун-ту. – 1975. – 184 с.
11. Словарь практического психолога / Сост. С. Ю. Головин. – Минск : Харвест, 1997. – 800 с.

#### **Інформаційні ресурси**

1. <http://psylib.kiev.ua/>
2. <http://azps.ru/articles/cmmn/>
3. <http://u-psihologa.com.ua/library.html/>
4. <http://psy.rin.ru/>

#### **4. КРИТЕРІЇ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ ТА ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ**

При оцінюванні результатів навчання здобувачів освіти потрібно керуватися такими **критеріями успішності навчання:**



Бали	Оцінка	Критерії оцінювання
<b>91–100</b>	<b>Відмінно</b>	<p>Здобувач демонструє повні й вичерпні знання навчального матеріалу в обсязі, що відповідає робочій програмі дисципліни, правильно й обґрунтовано приймає необхідні рішення в різних нестандартних ситуаціях.</p> <p>Вміє реалізувати теоретичні положення дисципліни при розв'язуванні практичних завдань, може аналізувати і співставляти навчальний матеріал з даної та суміжних дисциплін. Знає сучасні технології та методи рішення прикладних завдань з дисципліни.</p> <p>За час навчання при проведенні семінарських занять, проявив вміння самостійно вирішувати поставлені завдання, активно включатись в дискусії, може відстоювати власну позицію в питаннях та рішеннях, що розглядаються.</p> <p>Зменшення 100-бальної оцінки може бути пов'язане з недостатнім розкриттям питань, що стосується дисципліни яка вивчається, але виходить за рамки об'єму матеріалу передбаченого робочою програмою, або здобувач проявляє невпевненість в тлумаченні теоретичних положень чи рішенні складних практичних завдань.</p>
<b>81–90</b>	<b>Добре</b>	<p>Здобувач демонструє добрі та вичерпні знання, володіє матеріалом, що відповідає робочій програмі дисципліни, робить на основі здобутих знань аналіз можливих ситуацій та вміє застосовувати теоретичні положення при рішенні практичних завдань, проте допускає окремі неточності. Вміє самостійно виправляти допущені помилки, кількість яких є незначною. Знає сучасні технології та методи рішення практичних завдань з дисципліни.</p> <p>За час навчання при проведенні семінарських занять, виконанні курсової роботи та поясненні прийнятих рішень, дає вичерпні пояснення.</p>
<b>71–80</b>	<b>Добре</b>	<p>Здобувач в загальному добре володіє матеріалом, знає основні положення матеріалу, що відповідають робочій програмі дисципліни, робить на їх основі аналіз можливих ситуацій та використовує для рішення характерних/типових прикладних завдань з дисципліни.</p> <p>Вміє пояснити основні положення виконаних завдань та давати правильні відповіді про зміну результату при заданій зміні вихідних параметрів. Помилки у відповідях / рішеннях / розрахунках не є системними.</p> <p>Розуміє основні положення, що мають визначальне значення для семінарських занять в межах дисципліни.</p>
<b>61–70</b>	<b>Задовільно</b>	<p>Здобувач засвоїв основний теоретичний матеріал, передбачений робочою програмою дисципліни, та розуміє постановку стандартних практичних завдань, має пропозиції щодо напрямку їх вирішень.</p> <p>Розуміє основні положення, що є визначальними в курсі, може вирішувати завдання подібні тим, що розглядалися на заняттях, проте допускає значну кількість неточностей і помилок, усунути які здатен лише за допомогою викладача.</p>
<b>51–60</b>	<b>Задовільно</b>	Здобувач володіє певними знаннями та основними

Бали	Оцінка	Критерії оцінювання
		положеннями, передбаченими робочою програмою дисципліни, на мінімально допустимому рівні для подальшого засвоєння результатів навчання в рамках освітньої програми. З використанням основних теоретичних положень здобувач з труднощами пояснює правила вирішення практичних завдань дисципліни. Виконання семінарських завдань, курсової роботи значно формалізовано: є відповідність алгоритму, проте відсутнє глибоке розуміння самої роботи.
<b>35–50</b>	<b>Незадовільно</b>	Здобувач може відтворити окремі фрагменти знань з курсу. Незважаючи на те, що програму навчальної дисципліни здобувач виконав, працював він пасивно, його відповіді під час семінарських робіт та результати поточного контролю в більшості є невірними та/або необґрунтованими. Цілісність розуміння матеріалу з дисципліни у здобувача відсутні, що створює перепони для подальшого засвоєння результатів навчання в рамках освітньої програми.
<b>0–34</b>	<b>Незадовільно</b>	Здобувач повністю не виконав вимог робочої програми навчальної дисципліни. Його відповіді під час семінарських робіт та результати поточного контролю є невірними та/або необґрунтованими. Його знання на підсумкових етапах навчання є фрагментарними.

Форма підсумкового контролю в кінці вивчення дисципліни – диференційований залік, на який виносяться завдання зі всієї дисципліни. До заліку допускаються здобувачі освіти, які склали тестові завдання для самоконтролю у Віртуальному університеті з кожної вивченої теми з оцінкою не нижче «3» і не мають поточних заборгованостей. Курсант (студент) має дати розширену відповідь на 2 запитання (завдання). За кожну відповідь можна отримати до 50 балів. Критерії оцінювання відповідей:

- 46–50 балів – відповідь правильна та повна;
- 36–45 балів – відповідь правильна, але неповна;
- 26–35 балів – питання розкрито поверхнево, деякі тези помилкові;
- менше 25 балів – відповідь неправильна.

## 5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

Для визначення рівня засвоєння студентами навчального матеріалу використовуються такі засоби діагностики успішності навчання:

- поточний контроль (оцінювання усних і письмових відповідей під час семінарських занять та поточне тестування);
- контроль за самостійною роботою (перевірка конспектів, виконання завдань до семінарських занять, захист рефератів за обраною темою, презентація наукових досліджень тощо);
- підсумковий контроль (диференційований залік).

Усі форми контролю включено до 100-бальної шкали оцінювання. Оцінка із 100-бальної шкали в національну переводиться відповідно до діючого

положення про освітній процес (91–100 – «відмінно», 71–90 – «добре», 51–70 – «задовільно», менше 51 – «незадовільно»).