

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ**



СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ПСИХОЛОГІЯ»

Рівень вищої освіти	– Перший (бакалаврський) рівень
Ступінь вищої освіти	– Бакалавр
Галузь знань	– 24 «Сфера обслуговування»
Спеціальність	– 241 «Готельно-ресторанна справа»
Освітня програма	– 241 «Готельно-ресторанна справа»
Кількість кредитів	– кредитів 3 / 90 год., із них: аудиторних - 60 год.; самостійної роботи студента – 30 год.
Форма навчання	– денна
Рік підготовки	– рік - 2, семестр - 3
Компонент освітньої програми	– обов'язкова
Дні занять	– згідно графіку проходження навчальних дисциплін, відповідно до розкладу
Консультації –	– згідно графіку проходження навчальних дисциплін, відповідно до розкладу
Мова викладання	– українська
Вид контролю	- диференційований залік

Керівник курсу:

Матвійчук Тетяна Фартівна – кандидат педагогічних наук,
доцент, доцент кафедри педагогіки та психології

Контактна інформація:

Адреса: 79007, вул. Костюшка, 11, ЛДУФК імені Івана
Боберського, м. Львів. ауд. 318., тел. (032) 255-32-12 e-mail:
tetfart@gmail.com

Опис дисципліни

Програма вивчення навчальної дисципліни «Психологія» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра галузі знань: 24 - «Сфера обслуговування»; спеціальності: 241 - «Готельно-ресторанна справа».

Предметом вивчення дисципліни «Психологія» є психологічні факти і закономірності діяльності психіки людини, психічні процеси, як складові діяльності та спілкування людей.

Метою викладання курсу «Психологія» є створення загальнотеоретичної бази (оволодіння загально психологічним інструментарієм) для успішного вивчення подальших теоретичних, практичних і прикладних навчальних курсів психолого-педагогічного циклу. Навчальна дисципліна «Психологія» знайомить студентів з системою психологічних понять, що відображають психічну реальність (психіка, свідомість, діяльність, особистість); особливостями психічного відображення людиною навколишньої дійсності у пізнавальних, емоційних та вольових процесах; психології спілкування і діяльності, що розкривають закономірності взаємодії людей в групі та колективі, в процесі індивідуальної та групової взаємодії.

Основні завдання навчальної дисципліни «Психологія» полягають у озброєнні студентів - майбутніх фахівців готельно-ресторанного бізнесу такими здобутками сучасної психологічної науки, які б сприяли їх професійному становленню, а також самоактуалізації та самореалізації: сприяти формуванню позитивних якостей особистості студента, розширенню його світогляду, впевненості та свідомості; озброїти студента основами психологічних знань – методологічних принципів психології, категоріального і понятійного апарату, закономірностей психічних явищ; забезпечити спеціальну психологічну освіту майбутніх фахівців галузі туризму шляхом збагачення їх знаннями закономірностей проявів та розвитку психіки у специфічних умовах; сприяти формуванню у студентів вмінь та навичок застосовувати отримані теоретичні знання у майбутній практичній діяльності.

Навчальний контент

Теми	Розподіл годин				Результати навчання Знати:
	разом	л	с	с.р	
ТЕМА 1. <i>Предмет психології та її задачі.</i>	6	2	2	2	<ul style="list-style-type: none"> - Психологія як наука про душу. - Психологія як наука про факти, закономірності та механізми психологічної діяльності. - Розподіл психічних явищ на процеси, стани та явища особистості. - Загальні та спеціальні галузі психології. - Місце психології в системі наук. Зв'язок психології з усіма науками.
ТЕМА 2. <i>Психологічна характеристика особистості.</i>	12	4	4	4	<ul style="list-style-type: none"> - Поняття особистості у психології. Людина, індивід, особистість, індивідуальність. - Особистість як об'єкт і суб'єкт соціальної взаємодії. - Спрямованість особистості, що визначає її активність і діяльність. - Індивідуально-психофізіологічні властивості особистості (статеві, вікові особливості, патологічні зміни, темперамент). - Соціально-психофізіологічна характеристика особистості (психічні процеси, стани, властивості, характер); - Соціально-генетичний аспект особистості (задатки, здібності, досвід людини). - Свідоме і несвідоме у структурі особистості. Самосвідомість. «Я-концепція» та її компоненти: когнітивний, емоційно-оцінний, поведінковий. - Самооцінка — центральний компонент «Я-концепції»: за рівнем (висока, середня, низька); за співвіднесенням з реальними успіхами (адекватна, неадекватна); за особливістю функціонування (конфліктна, безконфліктна). - Рівень домагань. Самоповага. Формування та розвиток особистості. Шляхи, умови, фактори особистісного зростання. Стадії розвитку особистості.
ТЕМА 3. <i>Психічні стани особистості</i>	6	2	2	2	<ul style="list-style-type: none"> - Характеристика психічних станів. - Функціональні: інтелектуальні, емоційні, вольові, психомоторні, мотиваційні. - Домінування функціональних станів для успішного здійснення відповідної діяльності. - Загальні психічні стани: підйому, пригнічення, готовності, апатії, упевненості, невпевненості. - Домінування, як визначення своєрідності загального настрою психіки людини. - Стенічні психічні стани особистості: активність, піднесення, ентузіазм, мобілізованість психіки, психологічна готовність до діяльності, впевненість, рішучість та ін. - Формування відповідних базових основ для

					<p>виникнення стеничних психічних станів: високого професіоналізму, міцних моральних переконань, волі, умінь і навичок саморегуляції психічних станів.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Астенічні психічні стани особистості: пасивність, втома, втома, тривожність, страх у різних формах його прояву, невпевненість, психічна напруженість, деморалізованість, апатія, фобічні стани, фрустрації та ін.
<p>ТЕМА 4. <i>Психічні процеси.</i></p>	30	10	10	10	<p>- Поняття про відчуття. Фізіологічна основа відчуттів: органи чуття, аналізатори, рецептори.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Класифікація та види відчуттів: дистантні (зорові, слухові, нюхові), контактні (смакові, больові, тактильні); екстероцептивні; інтероцептивні (органічні відчуття); пропріоцептивні (кінестетичні, статичні). - Загальні закономірності відчуттів: пороги чутливості, адаптація, взаємодія відчуттів, сенсibilізація, синестезія, контраст, індукція. - Властивості відчуттів: якість, інтенсивність, тривалість, просторова локалізація. - Поняття про сприймання. Природа сприймання. - Взаємозв'язки аналізаторів у процесі сприймання. - Фізіологічні основи сприймання. - Загальні властивості та індивідуальні особливості сприймання (предметність, цілісність, структурність, контактність, осмисленість, категоріальність, вибірковість, аперцепція, динамічний стереотип, установка). - Класифікація і види сприймання: за провідним аналізатором (зорові, слухові, нюхові, смакові, дотикові, статичні, кінестетичні); за формами існування матерії (простору, руху, часу). - Мимовільне та довільне сприймання. - Поняття про пам'ять. Пам'ять людини (довільна, логічна, опосередкована). - Класифікація і види пам'яті: за часом збереження матеріалу (миттєва, короткочасна, оперативна, довготривала); за переважаючим аналізатором (зорова, слухова, тактильна, смакова, нюхова); за змістом того, що запам'ятовується і відтворюється (образна, словесно-логічна, рухова, емоційна); за характером участі волі у процесах запам'ятовування і відтворення матеріалу (мимовільна і довільна). - Процеси і закономірності пам'яті: запам'ятовування (мимовільне, довільне, механічне, логічне, оперативне). - Заучування і прийоми його організації. Умови ефективності запам'ятовування. - Відтворення (мимовільне, довільне, впізнавання, пригадування). - Збереження і забування. Індивідуальні особливості і типи пам'яті.

				<ul style="list-style-type: none"> -Поняття про мислення. Зв'язок мислення з мовою, мовленням та чуттєвим пізнанням людини. Функціонально-операційна сторона мислення. Мислительні дії й операції (порівняння, аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, конкретизація, класифікація, систематизація). -Логічні форми мислення: поняття, судження, умовиводи. -Мислення, як діяльність: процес розв'язування задач. -Класифікація та види мислення: за змістом (наочно-дієве, наочно-образне, абстрактне); залежно від змісту завдань, до розв'язання яких воно застосовується (технічне, наукове, художнє); за характером завдань (практичне, теоретичне, інтуїтивне, аналітичне); за ступенем новизни й оригінальності (репродуктивне і продуктивне). -Індивідуальні відмінності у мисленні людини (глибина, поверховість, послідовність, непослідовність, самостійність, несамостійність, критичність, некритичність, гнучкість, негнучкість, швидкість, повільність). -Поняття про уяву як вищий пізнавальний процес. Фізіологічна основа уяви. -Процеси, основні прийоми створення образів уяви (акцентування, гіперболізація, аглютинація, типізація, схематизація, аналогія). - Класифікація та види уяви: у зв'язку із застосуванням волі (активна, довільна; пасивна, мимовільна); залежно від характеру діяльності людини (продуктивна, творча; репродуктивна, відтворююча); за змістом (художня, технічна, наукова). -Функції уяви (уявлення дійсності в образах; регулювання емоційних станів; участь у довільній регуляції пізнавальних процесів і станів; формування внутрішнього плану дій). -Індивідуальні особливості уяви (широта, змістовність, сила, яскравість, повнота, стійкість, різносторонність, реалістичність, дієвість). -Уява та органічні процеси. Ідеомоторні акти. Уява і творчість. Роль уяви в різних видах діяльності (науковій, технічній, художній). -Поняття про емоції і почуття. Функції емоцій і почуттів. -Види емоцій: прості і складні, вроджені і набуті. -Види почуттів: моральні, інтелектуальні, естетичні. -Форми переживання емоцій і почуттів: афекти, настрої, стрес, пристрасті, потяги. -Емоційні стани (страх, тривога, сором, гнів, роздратування, радість та ін.)
--	--	--	--	--

					<ul style="list-style-type: none"> - Поняття про волю. Ознаки вольової поведінки. - Функції волі (спонукальна і гальмівна; спрямовуюча і регулююча). - Вольова регуляція поведінки: внутрішня і зовнішня. Внутрішній (інтернальний) та зовнішній (екстернальний) локус контролю. - Критерії вольової поведінки. Вольові дії (довільні і мимовільні). Простий і складно вольовий акт. - Основні фази (структура) складної вольової дії. - Потяг, бажання, хотіння як форми прояву волі. - Класифікація вольових якостей особистості: первинні (базальні) - сила волі, енергійність, наполегливість, витримка, сміливість тощо; вторинні (характерологічні) - хоробрість, рішучість, упевненість у собі, самоволодіння та ін.; третинні (морально-ціннісні) - відповідальність, принциповість, обов'язковість, ініціативність, діловитість та ін. - Розвиток та виховання вольової активності людини: позитивні та негативні вольові якості. - Поняття про увагу. Функції уваги. - Види уваги: мимовільна і довільна, післядовільна; безпосередня й опосередкована; чуттєва, інтелектуальна, моторна. - Форми уваги: зовнішня і внутрішня; колективна, групова, індивідуальна. - Властивості уваги: спрямованість, зосередженість, стійкість, тривалість, концентрація, інтенсивність, коливання, розподіл, переключення, обсяг, широта, активність.
ТЕМА 5. <i>Психологічні закономірності спілкування і взаємодії людей.</i>	6	2	2	2	<ul style="list-style-type: none"> - Поняття про спілкування. Взаємне сприйняття і розуміння. - Роль першого враження у виникненні психічного контакту. Взаємна оцінка та взаєморозуміння. - Соціальна та психологічна функції спілкування. <ul style="list-style-type: none"> - Засоби спілкування: мова і мовлення в психічному розвитку людини. - Невербальні засоби спілкування, їхня роль у професійній діяльності. - Види мови і мовлення: монологічне, діалогічне; усне, письмове; внутрішнє, зовнішнє. - Елементи мови і мовлення. - Функції мови і мовлення: експресивна, змістова. <ul style="list-style-type: none"> - Функції спілкування: регулювання спільної діяльності; пізнання і формування свідомості людини; самовизначення індивіда. - Форми спілкування: анонімне; функціонально-рольове; педагогічне. - Ефективність та стилі спілкування («спільна творчість», «дружня прихильність», «загравання», «залякування», «дистанція», «менторський»).
ТЕМА 6.	12	4	4	4	<ul style="list-style-type: none"> - Сприймання і розуміння людьми один одного як аспект міжособистісного спілкування.

<p><i>Психологія міжособистісного спілкування. Особистість у групі.</i></p>				<ul style="list-style-type: none"> - Функції спілкування (комунікативна, перцептивна, інтерактивна). - Взаємний вплив та пізнання у процесі міжособистісного спілкування. - Типові труднощі і техніка міжособистісного спілкування. - Кризи і конфлікти в житті людини. - Класифікація груп у психології. - Рівні соціально-психологічного розвитку груп. - Референтні групи й особистість. - Проблема конформізму і нонконформізму. 	
<p>ТЕМА 7. <i>Конфлікти та їх класифікація.</i></p>	6	2	2	2	<ul style="list-style-type: none"> - Класифікація конфліктів в залежності від конфліктуючих сторін: міжіндивідуальні, міжгрупові. - Підходи до класифікацій конфліктів в залежності від способів вирішення, природи виникнення, рівня прояву, напрямку діяльності, від потреб, за кількістю задіяних осіб у конфлікті. - Внутрішньоособистісний конфлікт як стан структури особистості. - Види потреб згідно психологічного аспекту внутрішньоособистісного конфлікту. - Мотиваційний, моральний, конфлікт нереалізованого бажання або комплексу неповноцінності, рольовий, адаптаційний, конфлікт неадекватної самооцінки; невротичний конфлікт. - Причини внутрішньоособистісного конфлікту. - Міжособистісний конфлікт. Групи конфліктогенів у міжособистісних конфліктах: прагнення до верховенства; прояв агресивності, егоїзму. <ul style="list-style-type: none"> - Стилі поведінки: ухилення, протидія, пристосування, співробітництво та асертивна поведінка. - Міжгруповий конфлікт як протидія між групами людей, а також між окремими представниками цих груп. <ul style="list-style-type: none"> - Мотиваційний, ситуаційний і когнітивний підходи міжгрупових конфліктів. - Фактори впливу групи на індивіда, що деформують його поведінку: соціальна фасилітація; соціальні лінощі; деіндивідуалізація; групова поляризація; підкорення мислення до групових стандартів; груповий фаворитизм; конформізм групового рішення. - Природа і механізми міжгрупової ворожості. - Механізми виникнення міжгрупових конфліктів. <ul style="list-style-type: none"> - Форми конфліктів між індивідом і групою: керівник - колектив; член колективу - колектив; лідери - угруповання.
<p>ТЕМА 8. <i>Сфери розгортання</i></p>	12	4	4	4	<ul style="list-style-type: none"> - Рольові конфлікти та функції членів груп у них. - Типологія політичних конфліктів: з точки зору зон і галузей їх виявлення; за ступенем радикалізації; політичні конфлікти; за часовими

<p><i>конфліктів.</i></p>				<p>характеристиками; за ознакою об'єктивності подій.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Способи і шляхи примирення сторін: компроміс на основі збереження позицій; примирення на основі насильства. - Соціальний конфлікт як наслідок суспільних відносин, що з різних причин не збігаються. - Сімейні конфлікти: причини, основні періоди виникнення (адаптаційний, поява дітей, вікові трансформації в сімейних відносинах). - Етнонаціональний конфлікт. Міжнаціональні конфлікти як форма міжгрупового конфлікту, його динаміка та стадії (латентний період, відкрита стадія, стадія ескалації). - Міжконфесійні конфлікти. Ідеологічний та історичний аспекти релігійного конфлікту. Відмінності, які можуть бути вирішені тільки через конфлікт: догматичні, церковно-організаційні, обрядові, місіонерські, політичні, моральні. - Конфлікт культур і духовних цінностей. Різноманітність світу культур. Види конфліктів цінностей. Конфлікти культур. - Юридичні конфлікти та їх види: змішаний або перехідний, когнітивний, «помилковий». - Економічні конфлікти, як протиборство суб'єктів соціально-економічних відносин з приводу дефіциту економічних ресурсів. - Трудовий конфлікт, як різновид економічного конфлікту. Види індивідуально трудових конфліктів.
---------------------------	--	--	--	--

Формування програмних компетентностей

- здатність до усної та письмової ділової комунікації державною та іноземною мовами для спілкування у професійній та соціально-культурній сферах, володіння фаховою термінологією іноземною мовою. Здатність до усвідомленого поповнення і розширення комунікативних навичок у професійній сфері впродовж життя;
- здатність розуміти та поважати представників інших культур, ефективно застосовуючи комунікаційні концепції.

Політика курсу

Політика щодо дедлайнів та перескладання: Семінарські та практичні роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (60% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання (дострокове складання) курсу відбувається з дозволу деканату за наявності поважних причин.

Політика оцінювання

Передбачає дотримання принципів доброчесності (Стаття 42 Закону України "Про освіту") та студентоцентрованого підходу.

<https://naqa.gov.ua/%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%BE%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C/>

Політика щодо академічної доброчесності: Списування під час іспиту заборонене. Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час онлайн опитування та виконання практичних робіт. У конспектах самопідготовки до семінарських занять необхідно вказувати джерела отримання інформації.

Політика щодо відвідування: Відвідування занять є одним із компонентів оцінювання, адже дає змогу отримати максимальний бал за усі види робіт. У випадку проведення навчальних екскурсій їх відвідування оцінюється як окремий вид роботи. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в онлайн формі за погодженням із керівником курсу.

Оцінювання

Оцінювання якості знань студентів здійснюється відповідно до:

1. Положення ЛДУФК ім. Івана Боберського про організацію освітнього процесу:
<https://www.ldufk.edu.ua/files/Nauka/Naukova%20robota/osv.%20proces.%2020.%20zaversh.pdf>
2. Робочої програми: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/17626>.
3. Порядку оцінювання: <https://www.ldufk.edu.ua/files/Nauka/Naukova%20robota/osv.%20proces.%202020.%20zaversh.pdf>

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах. Максимальний сумарний бал за результатами поточного оцінювання – 100. На диференційованому заліку студент отримує оцінку, якщо він набрав 61 і більше балів. Підсумковий контроль – диференційований залік (в усній формі). Всього за курс – 100 балів.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ОСНОВНА

1. Болтівець С. І., Бастун Н. А., Васьківська С. В. та ін. Практична психологія. Методи вивчення особистості. — Вип. І. — Суми: «Мрія», 1992.
2. Выготский Л. С. Психология. М.: изд-во Эксмо-Пресс, 2000. — 1008 с. (Серия «Мир психологам»).
3. Долинська Л., Скрипченко О., Огороднійчук З. та ін. Загальна психологія: Навч. посіб. — К.: «А.П.Н.», 1999 — с. 463.
4. Загальна психологія: практикум / Укладач З. В. Огороднійчук. — К., - 2004. - 195с.
5. Занюк С. Психологія мотивації та емоцій. — Луцьк, 1997.
6. Леонтьев Д. А. Очерк психологии личности. — М., 1997.
7. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. — К., 1998.
8. Матвійчук Т. Ф. Психологія : навч.-метод. посіб. / Матвійчук Т. Ф. - Львів : Галич-Прес, 2018. - 76 с.
9. М'ясоїд П. А. Загальна психологія. Навч. посіб. — К.: Вища школа. — 276 с.
10. Немов Р. С. Психология. Общие основы психологии. — Кн. 1. — М.: Просвещение. Владос, 1994. — 576 с.
11. Обозов Н. Н. Психология межличностных отношений. — К., 1990.
12. Основи психології .: Підручник /За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. - 4-е вид., стереотип. — К.: Либідь, 1999. — 632 с.
13. Психологія. Підручник /За ред. Ю. Л. Трофімова. — К.: Либідь, 1999.- 558 с.
14. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб: Изд-во «Питер», 2000. — 712 с.
15. Фрейд З. Психология бессознательного: сборник произведений. - М.: 1989.
16. Шостак В. І. Природа наших відчуттів. — К., 1989.

ДОДАТКОВА

1. Блейхер В.М., Бурлачук Л. Ф. Психологическая диагностика интеллекта и личности. — К.: Вища школа, 1979.
2. Брушлинский А. В., Поликарпов В.А. Мышление и общение. — Минск: БГУ, 1980.
3. Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика личности. — К., 1989.
4. Донченко Е. А., Титаренко Т. М. Личность: конфликт, гармония. — К., 1989.
5. Кириленко Т. С. Виховання почуттів. — К., 1989.
6. Середа В. Ю. Вчись мислити логічно. — К., 1989.
7. Фрейд З. Психология «Я» и защитные механизмы. — М.: Педагогика, 1992.

Інформаційні ресурси

1. Законодавство України. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua>
2. [Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського](http://www.nbuv.gov.ua). – Режим доступу: www.nbuv.gov.ua
3. Репозитарій ЛДУФК. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
4. Базова та допоміжна література розміщена в електронній бібліотеці на інтернет-ресурсі: www.psytopos.lviv.ua <http://www.psy.msu.ru>, <http://psylib.kiev.ua/>; www.psychology.net.ru; www.openweb.ru; www.myword.ru <http://lib.pu.if.ua>. – Сайт наукової бібліотеки Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника.
5. <http://hklib.npu.edu.ua/>- Наукова бібліотека національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова.
6. <http://www.koob.ru/>- електронна бібліотека «Куб».
7. <http://upsihologa.com.ua/>- портал професійних психологів України «У психолога».
8. Скібіцька Л.І. Конфліктологія. – К.: ЦУЛ, 2007. – 384 с. <http://www.culonline.com.ua/index.php?newsid=398> (ЦУЛ)
9. Нагаєв В. М. Конфліктологія. Навч. посіб. — К.: Центр навч. літ., 2004. – 198 с. // <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Ubeyvolk/0008959.pdf>
10. Зінчина О. Б. Конфліктологія: Навчальний посібник. – Харків: ХНАМГ, 2007. – 164 с. // <http://ebooks.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Ubeyvolk/0008958.pdf>