

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА  
Кафедра загальної психології і психологічного консультування



“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор з науково-педагогічної роботи

\_\_\_\_\_ Майя НІКОЛАЄВА

”

*OB*

\_\_\_\_\_ 2023 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Формування адаптаційного потенціалу особистості в умовах сучасних інновацій у закладах вищої освіти**

Рівень вищої освіти: Доктор філософії  
Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»  
Спеціальність: 053 Психологія  
Освітньо-професійна програма: «Психологія»

ОНУ  
2023

Робоча програма навчальної дисципліни «Формування адаптаційного потенціалу особистості в умовах сучасних інновацій у закладах вищої освіти». – Одеса: ОНУ, 2022. – 11 с.

Розробник:

Ольга ЛИТВИНЕНКО, д. психол.н., професор кафедри загальної психології і психологічного консультування

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри загальної психології і психології розвитку особистості

Протокол № 1 від. "29" серпня 2023 р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ (Зоя КІРЕЄВА)

Погоджено із гарантом ОПП «Психологія»

\_\_\_\_\_ (Оксана КОНОНЕНКО)

Схвалено навчально-методичною комісією (НМК)

Факультету психології та соціальної роботи

Протокол № 1 від. "29" серпня 2023 р.

Голова НМК \_\_\_\_\_ (Маргарита КРЕМЕНЧУЦЬКА)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри \_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_ від. "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри \_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_ від. "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
<p>Загальна кількість: кредитів – 3</p> <p>годин – 90</p> <p>змістових модулів – 2</p>	<p>Галузь знань <u>05 Соціальні та поведінкові науки</u></p> <p>Спеціальність <u>053 Психологія</u></p> <p>Рівень вищої освіти: <u>Доктор філософії</u></p>	<i>очна форма навчання</i>	<i>заочна форма навчання</i>
		<i>Дисципліна вільного вибору</i>	
		<i>Рік підготовки:</i>	
		1	
		<i>Семестр</i>	
		2-й	
		<i>Лекції</i>	
		12 год.	
		<i>Практичні, семінарські</i>	
		12 год.	
		<i>Лабораторні</i>	
		<i>Самостійна робота</i>	
		66 год.	
		<p>Форма підсумкового контролю:</p> <p style="text-align: center;"><u>залік</u></p>	

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** Цілеспрямована робота з корекції та розкриття адаптаційного потенціалу особистості є вкрай необхідною та корисною в сучасних умовах становлення особистості. Поширення новітніх технологій дистанційних можливостей взаємодії та спілкування, звуження сфер трудової діяльності та спектру майбутніх «успішних» професій має негативні наслідки для молоді у розкритті власних здібностей до самореалізації та вдосконалення, розбудови власного кола соціальних контактів та емоційно наповнених відносин.

**Мета курсу** полягає у допомозі майбутнім фахівцям в подоланні труднощів переходу до професійного та самостійного життя, освоєння у нових колективах у закладах вищої освіти та особистісних перепонів на шляху до успішного розвитку та взаємодії.

Адаптаційний потенціал особистості як інтегральна характеристика, що включає стійку сукупність індивідуально-психологічних і особистісних властивостей, обумовлює ефективну взаємодію особистості із світом, відіграє дуже важливу роль в психічному і соціальному розвитку індивіда та у ряді випадків потребує підтримувальної та коректувальної роботи.

### **Завдання**

1. Оволодіти теоретичними та практичними знаннями про адаптацію до нових ситуацій життя та професійної діяльності в умовах інновацій у закладах вищої освіти;
2. Вміння адаптуватися в умовах, що змінюються в процесі життєдіяльності;
3. Вміння застосовувати отримані знання для вдосконалення та розвинення власного адаптаційного потенціалу, для перетворення власної особистості в інтересах особистісного розвитку;
4. Здатність і готовність диференціювати ситуації застосування механізмів адаптації особистості; готовність застосовувати продуктивні способи взаємодії в різних ситуаціях професійного та особистого життя;
5. Здатність аналізувати власні психічні стани; здатність і готовність володіти техніками стресостійкості;
6. Готовність застосовувати методи саморегуляції у професійній діяльності та повсякденному житті.

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів наступних **компетентностей**:

**ІК.** Здатність розв'язувати комплексні проблеми в галузі психології, в тому числі професійної та/або дослідницько-інноваційної діяльності, що передбачає глибоке переосмислення наявних та створення нових цілісних психологічних знань та/або професійної практики;

**ЗК 1.** Здатність виділяти, ставити та вирішувати науково-дослідницькі проблеми;

**СК 1.** Здатність виокремлювати, систематизувати, розв'язувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження;

**СК 2.** Здатність критично оцінювати результати науково-дослідної роботи, визначати перспективи подальших наукових розвідок із дотриманням належної академічної та професійної доброчесності;

**СК 4.** Здатність до самоменеджменту, планування і розв'язування задач власного професійного і особистісного зростання, відповідальність за навчання інших при проведенні науково-педагогічної діяльності;

**СК 7.** Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

**Програмні результати навчання (ПРН):**

**ПРН 1.** Володіння концептуальними та методологічними знаннями в галузі психології, бути здатним застосовувати їх до професійної діяльності на межі предметних галузей;

ПРН 7. Використовувати сучасні методи пізнання, аналізувати сучасну наукову картину світу, відрізнити наукове знання від поза наукового, визначати фактори, що впливають на розвиток науки;

ПРН 10. Уміти створювати та впроваджувати інноваційно-дослідницькі проекти у різних сферах суспільного життя;

ПРН 13. Виокремлювати, систематизувати, розв'язувати, критично осмислювати та прогнозувати значущі психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження

### 3. Програма навчальної дисципліни

#### Змістовий модуль 1. Концепція адаптаційного потенціалу сучасної молоді.

ТЕМА 1. Наукові напрями досліджень адаптаційного потенціалу молоді.

ТЕМА 2 Основні положення концепції адаптаційного потенціалу молоді.

#### Змістовий модуль 2. Соціально-психологічна програми розвитку адаптаційного потенціалу молоді у закладах вищої освіти

ТЕМА 3. Соціально-психологічна програми розвитку адаптаційного потенціалу в умовах інновацій у закладах вищої освіти.

ТЕМА 4. Різні види психокорекційних, тренінгових та психотерапевтичних заходів по формуванню адаптаційних та преадаптаційних здібностей в умовах інновацій у закладах вищої освіти.

### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин									
	Очна форма					Заочна форма				
	Усього	у тому числі				Усього	у тому числі			
		л	п/с	лаб	сп		л	п/с	лаб	сп
1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	12
<b>Змістовий модуль 1. Концепція адаптаційного потенціалу сучасної молоді</b>										
ТЕМА 1. Наукові напрями досліджень адаптаційного потенціалу молоді.	22	4	2		16					
ТЕМА 2. Основні положення концепції адаптаційного потенціалу молоді.	18	2	4		12					
<b>Усього за змістовим модулем 1</b>	<b>40</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		<b>28</b>					
<b>Змістовий модуль 2. Соціально-психологічна програми розвитку адаптаційного потенціалу молоді у закладах вищої освіти</b>										
ТЕМА 3. Соціально-психологічна програми розвитку адаптаційного потенціалу в умовах інновацій у закладах вищої освіти.	25	4	2		19					
ТЕМА 4. Різні види психокорекційних, тренінгових та психотерапевтичних заходів по формуванню адаптаційних та преадаптаційних здібностей	25	2	4		19					

в умовах інновацій у закладах вищої освіти.										
<b>Усього за змістовним модулем 2</b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		<b>38</b>					
<b>Всього</b>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>12</b>		<b>66</b>					

### 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми/види завдань	Кількість годин	
		очне	заочне
1.	Психологічний потенціал як рівень сформованості психічних властивостей і якостей особистості. Самоактуалізаційний потенціал. Інноваційний потенціал. Творчий потенціал. Морально-етичний потенціал.	2	
2.	Концептуалізація адаптаційного потенціалу молоді в умовах сучасного соціуму в закладах вищої освіти. Концептуальна схема адаптаційного потенціалу молоді.	4	
3.	Соціально-психологічна програма як тренування та досвід інтенсивної взаємодії, орієнтований на розвинення адаптаційних здібностей.	2	
4.	Групова та індивідуальна психотерапія та психокорекція студентів вишів.	2	
5.	Тренінги процесу. Практика самостійного ведення тренінгу.	2	
	<b>Разом</b>	<b>12</b>	

### 6. Теми практичних занять

Практичні заняття не передбачені.

### 7. Теми лабораторних занять

Лабораторні заняття не передбачені.

### 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми/види завдань	Кількість годин	
		очне	заочне
1.	Теоретичне та емпіричне значення проблеми потенціалу особистості (презентація, реферат, есе)	10	
2.	Концептуалізація адаптаційного потенціалу молоді в умовах сучасного соціуму в закладах вищої освіти (презентація, реферат, есе)	8	
3.	Концептуальна схема адаптаційного потенціалу молоді (презентація, реферат, есе).	8	
4.	Преадаптаційний потенціал молоді у закладах вищої освіти (презентація, реферат, есе).	8	
5.	Соціально-психологічна програма розвитку адаптаційного потенціалу особистості (презентація, реферат, есе) .	8	
6.	Робота в групі. Групова терапія та тренінги по формуванню адаптаційних та преадаптаційних можливостей у молоді. (презентація, реферат, есе).	8	
7.	Формування кейсів адаптаційної поведінки (презентація, реферат, есе, практичне завдання) .	8	

8.	Використання компетентісного підходу (презентація, реферат, есе).	8	
	<b>Всього:</b>	<b>66</b>	

## 9. Методи навчання

У процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються наступні методи навчання:

- словесні методи: лекція, пояснення, дискусія;
- наочні методи: презентація, ілюстрація, демонстрація;
- методи формування практичних умінь і особистісних якостей: діалоги, дискусії, практичні завдання і підготовка і здійснення виступів перед аудиторією.

Самостійна робота включає роботу з навчально-методичною літературою та виконання практичних завдань: складання реферату, підготовку презентацій, написання есе та практичні завдання.

## 10. Форми контролю і методи оцінювання (у т.ч. критерії оцінювання результатів навчання)

При вивченні навчальної дисципліни здійснюється поточний та підсумковий контроль.

Поточний контроль проводиться з метою вивчення рівня підготовленості студента з певних тем, розділів робочої навчальної програми, якості виконання конкретних завдань та здійснюється впродовж семестру під час проведення аудиторних занять (лекції, практичні заняття) та при виконанні самостійної роботи.

Об'єктом поточного оцінювання є:

- програмний матеріал, який викладається на лекціях;
- питання і проблеми, що розглядаються та обговорюються на семінарських заняттях;

програмний матеріал для самостійного вивчення, який передбачений робочою програмою та включає: складання реферату, підготовку презентацій, написання есе та практичні завдання.

Форма підсумкового контролю - залік. Залік виставляється за результатами роботи здобувача впродовж усього семестру. Підсумкова оцінка визначається як проста сума балів за результатами поточного контролю за 100-бальною шкалою.

Здобувач одержує підсумкову оцінку за залікову навчальну дисципліну, якщо за результатами поточного контролю він набрав 60 і більше балів.

Якщо за результатами поточного контролю здобувач набрав менше 60 балів, він повинен виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів одержати відповідну кількість залікових балів із дисципліни.

Якщо за результатами поточного контролю здобувач набрав 60 і більше балів, проте хоче поліпшити свій підсумковий результат, він також може виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів підвищити свою підсумкову оцінку з дисципліни.

### *Критерії оцінювання під час аудиторних занять*

Оцінка	Критерії оцінювання навчальних досягнень
<b>Відмінно (20 балів за теми 1, 2 та 25 балів за теми 3,4)</b>	Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, вільно послуговується науковою термінологією, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки, залучає до підготовки як основну, так і додаткову

	літературу (монографії, періодичні видання, першоджерела, тощо). Ї Може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання практичного завдання й оцінити результати власної практичної діяльності; вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу;
<b>Добре (15 балів за тему)</b>	Оцінюється робота студента, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, послуговується науковою термінологією, залучає основну і додаткову літературу. За зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдання Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки. Може використовувати знання для стандартних практичних ситуацій, має елементарні, нестійкі навички виконання завдання
<b>Задовільно (9 балів за тему)</b>	Оцінюється робота студента, який відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, допускає істотні неточності та помилки.
<b>Незадовільно з можливістю відпрацювання (2 бали за тему)</b>	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни. Планує та виконує частину практичних завдань, відсутні сформовані уміння та навички.

#### *Критерії оцінювання самостійної роботи*

<b>Вид</b>	<b>Максим к-сть балів</b>	<b>Критерії оцінювання навчальних досягнень</b>
Доповідь-презентація	5	здатність студента презентувати доповідь відповідно змісту навчального матеріалу та супроводити її оригінальним візуальним представленням.
Есе	5	здатність продемонструвати розвиток власної думки, зосереджений на обговорюваній проблемі висловлювання; продемонструвати дотримання лексичних, фразеологічних, граматичних і стилістичних норм української літературної мови.
Реферат	5	здатність здійснювати узагальнення на основі опрацювання теоретичного матеріалу та відсутність помилок при оформленні цитування й посилань на джерела; продемонструвати дотримання лексичних, фразеологічних, граматичних і стилістичних норм української літературної мови.
Практичне завдання	5	Самостійність та змістовність виконання практичного завдання. Його відповідність поставленим цілям.

### **11. Питання для підсумкового контролю**

1. Теоретичне та емпіричне значення проблеми потенціалу особистості.
2. Концептуалізація адаптаційного потенціалу молоді в умовах сучасного соціуму в закладах вищої освіти.
3. Концептуальна схема адаптаційного потенціалу молоді.
4. Ієрархічно-паритетна система адаптивностей.



5. Внутрішньо-особистісна адаптивність.
6. Міжособистісної адаптивність.
7. Адаптивність як відсутність дезадаптаційних порушень.
8. Особистісний соціально-психологічний потенціал.
9. Компетентнісна адаптивність.
10. Психологічний потенціал.
11. Самоактуалізаційний потенціал
12. Морально-етичний потенціал.
13. Творчий потенціал.
14. Фізичний потенціал.
15. Соціально-психологічний потенціал.
16. Преадаптаційний потенціал.
17. Особистісний потенціал.
18. Інноваційний потенціал
19. Вольовий потенціал.
20. Емоційний потенціал.
21. Адаптаційний потенціал.
22. Формування кейсів адаптаційної поведінки.
23. Використання компетентісного підходу.
24. Розвиток соціально-перцептивної компетентності.
25. Формування здатності диференціювати ситуації застосування механізмів адаптації особистості.
26. Формування готовності застосовувати продуктивні способи взаємодії в різних ситуаціях професійного та особистого життя.
27. Формування здатності аналізувати власні психічні стани.
28. Техніками стресостійкості.
29. Методи саморегуляції у професійній діяльності та повсякденному житті.
30. Індивідуальна психотерапія та психокорекція
31. Групова терапія у формуванні адаптаційного потенціалу.
32. Тренінги по формуванню адаптаційних та преадаптаційних можливостей у молоді.
33. Соціально-психологічна програма розвитку адаптаційного потенціалу особистості.
34. Преадаптаційний потенціал молоді у закладах вищої освіти.
35. Тренінги процесу.

## 12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточний контроль				Індивідуальне завдання	Сума балів
Змістовий модуль 1		Змістовий модуль 2			
T1	T2	T3	T4		
40		50		10	100
90					

T1, T2, T3, T4 – теми змістових модулів

## Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 - 100	A	відмінно	зараховано
85-89	B	Дуже добре	

75-84	C	Добре	
70-74	D	Задовільно	
60-69	E	Допустимо	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### Навчально методичне забезпечення

Робоча програма навчальної дисципліни;  
Силабус;  
Методичні рекомендації з курсу;  
Мультимедійні презентації.

### Рекомендована література

#### Основна

1. Завацька Н.Є. Особливості опанувальної поведінки молоді та її здатність до антиципації в посттравматичній ситуації / Н.Є. Завацька, В.Ю. Завацький, Л.В. Спицька // Наука і освіта. – Вип. 7. – 2017. – С. 146-142
2. Литвиненко О.Д. Соціально-психологічні основи розвитку адаптаційного потенціалу сучасної молоді: монографія / О.Д. Литвиненко. – Сєверодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – 302 с.
3. Литвиненко О.Д. Соціально-психологічна програма розвитку адаптаційного потенціалу сучасної молоді та її ефективність / О.Д. Литвиненко // Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 3 (47). – Т. 3. – С. 127-134.

#### Додаткова

1. Завацька Н.Є. Адаптивна копінг-поведінка студентської молоді в освітніх закладах різного типу / Н.Є. Завацька, В.Ю. Завацький // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 3 (47). – Т. 1. – С. 160-170.
2. Ямницький В.М. Розвиток життєтворчої активності особистості: теорія та експеримент / В.М. Ямницький. – Одеса : ПНЦ АПН України : СВД Черкасов М.П., 2006. – 362 с.
3. O. Lytvynenko, L. Zlatova, V. Zasenko, L. Prokopenko, V. Lunov. Adaptive Potential of Young People as a Factor of Mental Health-Preserving. *Journal of History Culture and Art Research*. 9 (3) 2020. – P. 374-385.
4. Lytvynenko O. D. Socio-psychological Feature of the Adaptation Potential of modern Youth / O. D. Lytvynenko // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2020. – № 2 (52). – С. 144-166.
5. Boggiano A.K. Maladaptive achievement in students: the role of teachers controlling strategies / A.K. Boggiano, Ph. Katz // *Journal of Social*. – Vol. 47, № 4. – 1994. – P. 35-51.
6. Maddi S.R. Hardiness and Mental Health / S.R. Maddi, D.M. Khoshaba // *Journal of Personality Assessment*. – 1994. – Vol. 63, № 2. – P. 265-274.
7. Maslow A.H. A Theory of Metamotivation: The Biological Rooting of the Value-Life. / A.H. Maslow // *Journal of Humanistic Psychology*. – 1967. – Vol. 7 (2). – P. 93-127.

### 15. Інформаційні ресурси

1. «Актуальні проблеми психології». Наукові праці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Режим доступу: <http://appspsychology.org.ua/index.php/ua/dlia-avtoriv>
2. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури. Режим доступу: <http://psylib.kiev.ua/>
3. American Psychologist. Journal of American Psychological Association. Режим доступу: <https://www.apa.org/pubs/journals/amp/>
4. The Journal of Social Psychology. Режим доступу: <https://www.tandfonline.com/toc/vsoc20/current>
5. Social Psychologe/ Journal of British Psychological Society. Режим доступу: <https://onlinelibrary.wiley.com/journal/20448309>
6. Journal of Personality and Social Psychology. Journal of American Psychological Association. Режим доступу: <https://www.apa.org/pubs/journals/psp/>
7. Science: (AAAS). Режим доступу: <http://www.sciencemag.org>
8. Taylor & Francis. Режим доступу: <http://www.informaworld.com>
9. ScienceDirect. Режим доступу: [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)