



СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Психологія емоцій»

Ступінь вищої освіти	Магістр
Освітньо-професійна програма	«Психологія»
Факультет	Педагогічний
Кафедра	Психології
Семестр	I
Кількість кредитів	4
Мова викладання	українська

Викладач	д.психолог.н., проф. Юрченко Вікторія Миколаївна
Контактна інформація	1908wgl@gmail.com

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

Анотація	<p>Знання з навчальної дисципліни «Психологія емоцій» формують компетентного конкурентоспроможного фахівця в галузі психології що здатен вирішувати типові професійні завдання у плануванні, організації та наданні конкретної дієвої психологічної допомоги. Основними перевагами дисципліни є практична спрямованість та сприяння становленню всебічно розвинутої особистості як суб'єкта успішної професійної, освітньої та науково-дослідницької діяльності. При викладанні дисципліни застосовуються активне соціально-психологічне навчання, ситуаційні завдання, тренінгові вправи, ділові ігри, презентації, консультативні бесіди, «круглі столи», евристичні бесіди, дискусії, профорієнтаційні бесіди, що розвивають у студентів психологічне мислення та навички фахового спілкування й розв'язання психологічних проблем. Заняття зі студентами відбуваються на засадах діалогу та партнерської взаємодії тощо. <i>Вивчення цієї дисципліни дає можливість студенту</i> опанувати психологічні технології формування у студентів системи знань щодо сприяння становленню всебічно розвинутої особистості як суб'єкта успішної професійної, освітньої та науково-дослідницької діяльності; формування професійних компетенцій в галузі збереження психічного здоров'я, профілактики емоційного вигорання, опрацювання навичок саморегуляції психоемоційних станів, забезпечення на цій основі формування у студентів готовності до майбутньої професійної діяльності.</p>
Мета та цілі	<p>Формування системи базових знань, умінь та практичних навичок для збереження психічного здоров'я, профілактики емоційного вигорання, опрацювання навичок саморегуляції психоемоційних станів. Для досягнення мети поставлені такі основні завдання:</p>
Результати навчання	<p>Знати та розуміти: роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю, характеристику емоційних станів, які виникають у процесі</p>

Soft skills:
соціально-психологічні аспекти професійної компетентності, що відповідають заявленим цілям програми

діяльності. Вміти формулювати цілі і ставити завдання, пов'язані з реалізацією професійної діяльності психолога щодо комплексних способів управління власними емоціями, професійних, вікових, статевих та патологічних особливості емоційно-почуттєвої сфери особистості; використовувати отримані знання для подальшого саморозвитку.

До soft skills зараховують навички комунікації, лідерство, здатність брати на себе відповідальність і працювати в критичних умовах, вміння полагоджувати конфлікти, працювати в команді, здатність логічно і системно мислити, креативність та інш.

Прорековізи

Базові знання з дисциплін: «Загальна психологія», «Психодіагностика», «Практикум з психології».

СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Тема	План, короткі тези	Завдання
Тема 1. Характеристика емоцій особистості. Роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю. Характеристика емоційних станів, які виникають у процесі діяльності.	Характеристика емоцій особистості. Роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю. Прикладна роль емоцій. Емоції очікування й прогнозу. Фрустраційні емоції. Комунікативні емоції. Інтелектуальні емоції, або афективно-когнітивні комплекси. Характеристика емоційних станів, які виникають у процесі діяльності. Феномен «емоційного вигорання». Стрес. Стадії стресу. Дистрес. Стан монотонії. Засоби зменшення фактору монотонії. Відраза(стан психічного пересичення). Деперсоналізація. Емоційні властивості людини. Емоційна збудливість. Емоційна стійкість. Емоційний оптимізм - песимізм. Емоційна ригідність – лабільність. Емоційність як інтегральна властивість особистості.	Експрес опитування, відгук на фахову публікацію за даною темою, тести, аналіз за схемою наукового фільму «Територія страху».
Тема 2. Розуміння емоцій іншої людини та управління власними емоціями. Емоційно-інтелектуальна діяльність. Емоційний інтелект.	Розуміння емоцій іншої людини та управління власними емоціями. Розуміння емоцій інших людей та емоційна здатність. Ідентифікація емоцій за мімікою та пантомімікою. Механізм декодування експресивної інформації. Емоційно-інтелектуальна діяльність. Емоційний інтелект. Ідентифікація емоцій за мімікою та пантомімікою. Вплив особистісних особливостей на розуміння емоцій іншої людини. Керування емоціями.	Експрес опитування, відгук на фахову публікацію за даною темою, тести, опрацювання методикоцінки емоційно-вольових якостей (Тейлор, Айзенк)

<p>Тема 3. Характеристика різних почуттів. Емоційно зумовлена поведінка та емоційні типи. Типи модальної структури емоційності. Сентиментальність. Канали емпатії.</p>	<p>Характеристика різних почуттів. Симпатія та антипатія. Атракція. Прихильність. Дружба. Дитяча дружба. Закоханість. Вікові періоди вияву закоханості. Кохання. Любов. Трикомпонентна теорія любові Р. Стернберга. Ксенофобії. Заздрість. Ревнощі. Характеристики патологічних ревнощів. Задоволеність. Щастя. Почуття гордості. Псевдопочуття. Емоційно зумовлена поведінка та емоційні типи. Емоційна поведінка. Види емоційної поведінки в спілкуванні: резонування, відсторонення, дисонування. Емоційні довірливі реакції. Гедонізм й аскетизм. Фрустраційна поведінка. Агресія. Помста. Агресивна поведінка. Афект неадекватності. Типи скарг у дітей. Бідкання (скорбота). Альтруїзм. Функції залицяння. Емоційність як тип темпераменту (характеру). Типи модальної структури емоційності. Сентиментальність. Канали емпатії.</p>	<p>Експрес опитування, відгук на фахову публікацію за даною темою, тести, реферат «Особливості формування емпатії»</p>
<p>Тема 4. Професійні, вікові, статеві особливості емоційно-почуттєвої сфери людини. Патологічні зміни емоційних властивостей особистості.</p>	<p>Професійні, вікові, статеві особливості емоційно-почуттєвої сфери людини. Особливості емоційної сфери у представників професій. Загальні тенденції вікових змін емоційної сфери. Розвиток емоційної сфери дитини. Емоційні порушення у дітей. Патологічні зміни емоційних властивостей особистості. Аутизм. Вияви емоційної парадоксальності. Парамімія. Емоційна амбівалентність. Емоційні автоматизми. Алекситимія. Патологічні емоційні стани. Страхи (фобії). Невроз очікування. Благодущність. Екзальтованість. Ейфорія. Гіпотимія. Депресія. Емоційна сфера при різних патологіях.</p>	<p>Експрес опитування, відгук на фахову публікацію за даною темою, тести, авторська програма з елементами тренінгу щодо відновлення власних ресурсів для профілактики синдрому емоційного вигорання та формування емоційного інтелекту в умовах пандемії COVID-19 .</p>

ЛІТЕРАТУРА ТА НАВЧАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

1. Основна література

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии.– Новополюк: ПГУ, 2011.– 388 с.
2. Балакірева К. О. Методичні рекомендації для спеціалістів соціальних служб «Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання». Проект програми розвитку ООН «Підтримка реформ соціального сектору в Україні» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.slideshare.net/undpukraine/ss-48391940>
3. Варій М.Й. Психологія особистості: навч. посібник / М.Й. Варій. – К. : Центр учбової літератури, 2008. –592 с.

4. Дэниэл Гоулман. Емоціональний інтелект. Почему он может значить більше, чем IQ. Пер. с англ., 2-е издание.– М.: Изд-во “Манн, Иванов и Фербер”, 2014 –532 с.
5. Емоційне вигорання / [упоряд.: В. Дудяк]. – К.:Главник, 2007. – С. 128.(Серія «Психологічний. інструментарій»).
6. Емоційно-вольові психічні процеси [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://netship.narod.ru/Psycho/Pm4.htm>
7. Емоції: академічні дослідження [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://psychologis.com.ua/index-4743.htm>
8. Карпенко Є. В. Емоційний інтелект як фактор особистісного життєздійснення / Є. В. Карпенко // Психологічні перспективи. – 2017. – Вип.30. – С. 50-63. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2017_30_7_91.
9. Карпенко Є. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості / Є. В. Карпенко // монографія. – Дрогобич: Посвіт, 2020. – 436 с. 92.
10. Кириленко Т. С. Гармонізація емоційних станів особистості / Т. С. Кириленко // Наука і освіта, 2000. – №1-2. – С. 22-23.
11. Кириленко, Т. Емоційна сфера особистості: вектори вивчення Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка, 1(8), 2018, С.26–29.
12. Коврига Н.В. Емоційний інтелект. Концептуалізація поняття, основні функції – Київ, “Вища школа”, 2003,–126 с. (друковане видання і його електронна версія).
13. Максименко С. Д. Горизонти психологічної науки ХХІ століття. Педагогіка і психологія, 1, 2019 С.44–54.
14. Матвієнко О. Культура здоров'я та синдром психоемоційного «вигорання»: стратегія і тактика подолання / Матвієнко О., Пересадин М., Андросов Є. – [Електронний ресурс] – <http://www.personal.in.ua/>

2. Додаткова література:

1. Алієв.Х.М. Ключ к себе - [Електронний ресурс].- режим доступу: http://www.goldbiblioteca.ru/online_psihologiya/online_psistr/2.php
2. Метод КЛЮЧ - 5 минут, которые изменят вашу жизнь - [Електронний ресурс]. - режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=ANu50doOzeI>;
3. Emotion [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://slovarvocab.com/english/websters-international-vocab/emotion-8494891.html>
4. Емоційно-вольові психічні процеси [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://netship.narod.ru/Psycho/Pm4.htm>
5. Емоції: академічні дослідження [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://psychologis.com.ua/index-4743.htm>
6. Теорії емоцій [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://psychlib.com.ua/teori-emociy.htm>

Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського - <http://www.nbuv.gov.ua>
2. Електронна бібліотека НПУ України - <http://lib.iitta.gov.ua>
3. Актуальні проблеми психології - <http://appspsychology.org.ua>
4. Актуальні питання сучасної психології - http://library.sspu.sumy.ua/wpcontent/uploads/2018/04/Aktualny_pitannya_suc.psihologii
5. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України - <http://psychology-naes-ua.institute/>
6. Українська бібліотека - <http://ualib.com.ua/>
7. Психологія-<http://psych.kiev.ua>
8. Соціальні науки-<http://social-science.com.ua/>

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Загальна політика	Здобувач освіти зобов'язаний відвідувати заняття згідно з розкладом, не запізнюватися. Дотримуватися етики поведінки. Працювати з навчальною літературою, з літературою на електронних носіях і в Інтернеті. При пропусках лекційних занять проводиться усна співбесіда за темою. Відпрацьовувати практичні заняття. Виконати індивідуальне завдання.
Політика щодо дедлайнів та перекладання	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.
Політика щодо академічної доброчесності	Усі письмові роботи перевіряються на наявність плагіату і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 20%. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування.

ОЦІНЮВАННЯ

Нарахування балів	
Види оцінювання	Бали
Теми 1-4	20
Самостійна робота	20
Індивідуальна науково-дослідна робота	20
Підсумковий контроль - залік	40

Розподіл балів для оцінювання успішності студентів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	задовільно
60-63	E	

35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни