Національний технічний університет України
«КИЇВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ
імені ІГОРЯ СІКОРСЬКОГО»

Кафедра
психології та педагогіки

Ментальні ресурси особистості

Робоча програма навчальної дисципліни (Силабус)

Реквізити навчальної дисципліни	
Рівень вищої освіти	*Третій (освітньо-науковий)*
Галузь знань	*05 Соціальні та поведінкові науки*
Спеціальність	*053 Психологія*
Освітньо-наукова програма	*Психологія*
Статус дисципліни	*Вибіркова*
Форма навчання	*Заочна*
Рік підготовки, семестр	*2 курс, другий (третій) семестр*
Обсяг дисципліни	*5 кред. ЄКТС / 150 годин* *лекції – 6 годин, семінарські – 6 годин,* *самостійна робота – 138 годин*
Семестровий контроль/ контрольні заходи	*Екзамен / модульна контрольна робота*
Розклад занять	*Лекції:* *Практичні заняття:* *https://my.kpi.ua та https://schedule.kpi.ua*
Мова викладання	*Українська*
Інформація про керівника курсу / викладачів	*Лектор і практичні: професор, д. психол. н., професор кафедри психології та педагогіки, Ложкін Георгій Володимирович, lozhkin.heorhii@lll.kpi.ua, +380507165760*
Розміщення курсу	

Програма навчальної дисципліни

1. Опис навчальної дисципліни, її мета, предмет вивчання та результати навчання

Предметом навчальної дисципліни «Ментальні ресурси особистості» є теоретико-методологічні проблеми ментальних ресурсів у вивченні та практичній діяльності в психології: передумови та логіка розвитку ментальних ресурсів, базові атрибути теоретико-методологічного аналізу, пояснювальні принципи, основні методологічні підходи до вивчення ментальних ресурсів людини.

Відповідно до вимог ОНП метою дисципліни є формування у здобувачів вищої освіти здатності використання знань про ментальні ресурси людини; здатності використовувати знання для інтелектуального розвитку; здатності застосовувати знання для мобілізації поведінки в складних життєвих ситуаціях; здатності застосовувати технології розвитку когнітивних, афективно-мотиваційних та поведінкових ресурсів, що обумовлюють функціонування, адаптацію та розвиток особистості.

Згідно з вимогами ОНП здобувачі вищої освіти після засвоєння освітнього компоненту мають продемонструвати такі результати навчання:

Знання: сутності теорії ресурсів в психології**;** природи ментальних ресурсів людини: структури та механізмів розвитку; специфіки підходів і методів діагностики ресурсних станів; специфіки ментальних ресурсів продуктивної особистості; критеріїв відбору технологій розвитку ресурсів; вплив ментальних ресурсів на психологічну стійкість та адаптацію; актуалізації когнітивних ресурсів індивідуальності у віртуальному середовищі; фактори мобілізації ментальних ресурсів; технологій формування та активації індивідуальних ментальних ресурсів.

Уміння: визначати ресурсні фактори інтелектуального розвитку; інтерпретувати рівні

організації ментальних ресурсів; використання методів діагностики ментальних ресурсів; застосовувати діагностичний комплекс експрес-оцінки ментальних ресурсів особистості; створювати та впроваджувати технології формування та активізації індивідуальних ментальних ресурсів; забезпечувати безперервний саморозвиток і самовдосконалення, відповідальність за розвиток інших; здійснювати професійну та особистісну самоосвіту, проектування подальшого освітнього маршруту і професійної кар'єри, участь в дослідно-експериментальній роботі.

Відповідно до вимог освітньо-наукової програми метою дисципліни є формування у здобувачів вищої освіти:

Загальних компетентностей:

- здатність проводити критичний аналіз, оцінку й синтез нових та складних ідей та соціально-психологічних явищ (ЗК 2);
- здатність розв’язувати комплексні проблеми психології на основі системного наукового світогляду та загального культурного кругозору із дотриманням принципів професійної етики та академічної доброчесності (ЗК 4);
- здатність дотримуватись морально-етичних правил поведінки, етики досліджень, характерних для учасників академічного середовища (ЗК 5).

Фахових компетентностей:

- здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних (ФК 9);
- здатність забезпечувати безперервний саморозвиток і самовдосконалення, відповідальність за розвиток інших(ФК 11);
- здатність використовувати адекватні методи ефективної взаємодії зі представниками різних груп (соціальних, культурних і професійних) (ФК 13);
- здатність працювати в команді, формувати позитивні стосунки з колегами (ФК 14);
- здатність здійснювати професійну та особистісну самоосвіту, проектування подальшого освітнього маршруту і професійної кар'єри, участь в дослідно-експериментальній роботі (ФК 19).

Програмні результати навчання:

- виокремлювати, систематизувати, розв’язувати, критично осмислювати та прогнозувати значущі психологічні проблеми, формулювати і перевіряти гіпотези, визначати чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження (ПРН 3);
- планувати і виконувати експериментальні та/або теоретичні дослідження з психології та дотичних міждисциплінарних напрямів із дотриманням норм професійної і академічної етики (ПРН 4);
- визначати свої професійні можливості та завдання підвищення професійної кваліфікації й професійної мобільності (ПРН 8);
- організовувати і здійснювати освітній процес у сфері психології, його наукове, навчально-методичне та нормативне забезпечення, застосувати ефективні методики викладання навчальних дисциплін (ПРН 10);
- дотримуватися правил наукової етики, правових і соціальних норм у процесі професійної та науково-інноваційної діяльності (ПРН 11);
- розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість (ПРН 15).

Комунікація з викладачем можлива та заохочуватиметься на навчальних заняттях, а також у межах консультацій з викладачем, які проводяться за графіком, доступним на сайті кафедри психології та педагогіки. До того ж для більш ефективної комунікації з метою розуміння структури навчальної дисципліни та засвоєння матеріалу використовується електронна пошта lozhkin.heorhii@lll.kpi.ua, месенджер Telegram.

2. Пререквізити та постреквізити дисципліни (місце в структурно-логічній схемі навчання за відповідною освітньою програмою)

Дисципліна вивчається після опанування дисциплін «Філософські засади наукової діяльності», «Іноземна мова для наукової діяльності. Частина 1. Наукові дослідження», «Іноземна мова для наукової діяльності. Частина 2. Наукова комунікація», «Теоретичні і методологічні проблеми психології», «Педагогічна акмеологія», «Психологія соціальних явищ», «Організація науково-інноваційної діяльності», що входять до циклу обов'язкових (нормативних) дисциплін ОП.

3. Зміст навчальної дисципліни

Назви розділів і тем	Кількість годин			
	Всього	у тому числі		
		Лекції	Практичні (семінарські)	СР
1	2	3	4	5
Тема 1. Теоретичні основи вивчення ментальних ресурсів людини	18	2	2	14
Тема 2. Освіта як сфера розвитку ментальних ресурсів	15	-	-	15
Тема 3. Організація ментальних ресурсів індивідуальності	18	2	2	14
Тема 4. Ментальні репрезентації психічних станів	15	-	-	15
Тема 5. Мобілізація ментальних ресурсів в складних життєвих ситуаціях	14	-	-	14
Тема 6. Актуалізація ментальних ресурсів суб'єкта	16	-	-	16
Тема 7. Технології розвитку ментальних ресурсів індивідуальності в учбово-предметній діяльності	20	2	2	16
Підготовка до МКР	4	-	-	4
Підготовка до екзамену	30	-	-	30
Всього годин	150	6	6	138

4. Навчальні матеріали та ресурси

Для успішного вивчення дисципліни достатньо опрацьовувати навчальний матеріал, який викладається на лекціях, а також ознайомитись з:

4.1 Базова література

1. Власенко І.А., Фурман В.В., Рева О.М., Канюка І.О. Психологічне здоров'я студентської молоді. Вінниця : ТВОРИ, 2022. 224 с.

2. Кокун О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с.

3. Маслюк А. М. Психологічна підтримка суб'єктів українського освітнього простору під час війни. Психологічний супровід взаємодії суб'єктів освітнього простору: навчально методичний посібник. Колектив авторів, за науковою редакцією академіка НАПН України С.Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. С. 4-17. URI: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/738276

4. Мойзріст ОМ. Впровадження здоров'язберігаючих технологій у початковій школі засобами навчальної книги. Актуальні проблеми психології навчання в сучасній соціокультурній ситуації : збірник матеріалів наукових доповідей круглого столу (м. Київ, 11-12 квітня 2024 року). Київ, 2024. С. 97 - 106 . URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741252

5. Кесьян ТВ. Навчальна книга як розвиток ресурсів для саморегуляції у війну і постворенний час. Актуальні проблеми психології навчання в сучасній соціокультурній ситуації : збірник матеріалів

наукових доповідей круглого столу (м. Київ, 11-12 квітня 2024 року). Київ, 2024. С. 73 - 77 . URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741252

6. Розвиток психіки в онтогенезі : у 2 т. Т.1. : Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології : монографія / Сергій Дмитрович Максименко. Київ: Форум, 2002. 319 с.

7. Bernstein, C. A., Haiman, C., & Mayer, L. E. S. (2023). Raising awareness and ensuring access to mental health resources. In *Oxford medicine online* (pp. 196–218). Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/med/9780197658185.003.0010

8. Grey House Publishing. (2024). *The complete mental health resource guide* (2024/25 ed.). Grey House Publishing. Retrieved from https://online.salempress.com

9. Mental Health Care Resource Book Concepts and Praxis for Social Workers and Mental Health Professionals. Springer, 2024. (eBook) https://doi.org/10.1007/978-981-97-1203-8

4.2. Допоміжна література:

1. Бацилєва О. В., Пузь І. В., Єрмішев О. В. Життєстійкість як внутрішній ресурс особистості та шляхи її підвищення під час професійного становлення. Габітус. 2021. № 22. С. 52–56. URL: http://habitus.od.ua/journals/2021/22-2021/10.pdf

2. Готич В.О. Resiliens, hardiness, психологічна стійкість, життєстійкість: порівняльний аналіз понять у соціально-психологічних дослідженнях. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія, 2023. Том 34 (73) № 3. С. 7 – 12.

3. Козак, О. Л. Ментальні ресурси особистості в умовах віртуального середовища. *Психологічний журнал*, 38(1), 2021. С. 91-98.

4. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психологічний практикум. Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко, В. І. та ін.; за ред. Л. М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/733813/

5. Панченко, С. В. та Мартиненко, О. І. Роль емоційних і когнітивних ресурсів у формуванні психологічної стійкості молоді. *Журнал практичної психології та соціальної роботи*, 6 (1), 2020. С. 37-44.

6. Психологічні ресурси розвитку особистісної в умовах невизначеності освітнього простору: збірник матеріалів наукових доповідей І Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Київ, 23 жовтня 2024 року). Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2024. 264 с.

7. Терещенко Л.А., Толкунова І.В. Психологічні особливості підвищення рівня стресостійкості дітей підліткового віку в умовах війни. Психологічний часопис: науковий журнал. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Том 9. Вип. 3. 2023. С. 28 – 38. . URL: https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/issue/view/62

8. Тимошенко, В. О. та Гречаник, І. В. Механізми мобілізації ментальних ресурсів в стресових ситуаціях. *Український психологічний журнал*, 28(2), 2022. С. 108-116.

9. Шевченко, Н. В. Ментальні ресурси та їх актуалізація в освітньому процесі. *Психологія і педагогіка*, 29 (3), 2020. С. 45-52.

10. Ritsuko Kakuma, Harry Minas, Mario R. Dal Poz 10 Strategies for Strengthening Human Resources for Mental Health. *Global Mental Health*: *Principles and Practice, 2014, P.193-215.* https://doi.org/10.1093/med/9780199920181.003.0010

Навчальний контент

5. Методика опанування навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Лекційні заняття

№ з/п	Назва теми лекції та перелік основних питань (завдання на СР)
1.	**Тема 1. Теоретичні основи вивчення ментальних ресурсів людини** Природа ментальних ресурсів особистості. Структура та механізми розвитку. Ресурсні факторі інтелектуального розвитку. Умови зростання продуктивності ментального розвитку особистості в освітньому процесі. **Завдання на СР:**

	1. Охарактеризуйте категорію «ментальні ресурси людини» 2. Розкрийте природу ментальних ресурсів. 3. Охарактеризуйте структуру ментальних ресурсів. 4. Поясність механізми розвитку ментальних ресурсів. 5. Опишіть ресурсні фактори інтелектуального розвитку. 6. Охарактеризуйте умови зростання продуктивності ментального розвитку в освітньому процесі.
2.	**Тема 3. Організація ментальних ресурсів індивідуальності** Рівні організації ментальних ресурсів індивідуальності: формально-динамічний, особистісний, інтелектуальний, мотиваційно-ціннісний, концептуальний. **Завдання на СР:** 1. Розкрийте зміст організації ментальних ресурсів. 2. Поясність і обґрунтуйте рівні організації ментальних ресурсів індивідуальності. 3. Розкрийте зміст формально-динамічного рівня. 4. Охарактеризуйте особистісний рівень ресурсів індивідуальності. 5. Проаналізуйте інтелектуальних ресурс індивідуальності. 6. В чому полягає мотиваційно-ціннісний ресурс індивідуальності. 7. Який сенс вкладається в поняття «концептуальний рівень ментального ресурсу».
3.	**Тема 7. Технології розвитку ментальних ресурсів індивідуальності в учбово-предметній діяльності** Технології психомоторного розвитку. Технології розвитку мови в дошкільному віці. Технології формування креативності. Технології розвитку інтелектуальної компетентності. Технології інтелектуального виховання. **Завдання на СР:** 1. Розкрийте зміст поняття технологія. 2. Продемонструйте на прикладі застосування технологій психомоторного розвитку. 3. Визначте шляхи формування креативності. 4. Опишіть застосування технологій розвитку інтелектуальної компетентності. 5. Проаналізуйте застосування технологій інтелектуального виховання особистості. 6. Продемонструйте технологію розвитку мови у дошкільнят.

Семінарські (практичні) заняття

Основні завдання циклу семінарських (практичних) занять, сформувати у здобувачів вищої освіти: володіти знаннями про рівні репрезентації психічних станів, користуватися прийомами мобілізації ментальних ресурсів, використовувати технології розвитку ментальних ресурсів індивідуальності.

№ з/п	Назва теми заняття та перелік основних питань (перелік дидактичного забезпечення, питання для поточного контролю та завдання на СР)
1.	**Тема 1. Теоретичні основи вивчення ментальних ресурсів людини** **Мета**: сформувати уявлення про ментальні ресурси людини. 1. Поняття про ресурси людини. 2. Сутність ментальних ресурсів. 3. Механізми розвитку ресурсів. 4. Умови зростання продуктивності їх розвитку в освітньому процесі. 5. Структура ментальних ресурсів. **Завдання на СР:** 1. Розкрийте сутність ресурсів. 2. Охарактеризуйте зміст ментальних ресурсів. 3. Прокоментуйте структуру ментальних ресурсів.
2.	**Тема 3. Організація ментальних ресурсів індивідуальності** **Мета:** сформувати уявлення про організацію ментальних ресурсів індивідуальності. 1. Рівні організації ментальних ресурсів індивідуальності: формально-динамічний,

	концептуальний) 2. Мотиваційно-ціннісний ресурс індивідуальності. 3. Когнітивний ресурс індивідуальності. 4. Особистісний ресурс індивідуальності. **Завдання на СР:** 1. Розкрийте зміст принципів розвитку ментальних ресурсів. 2. Охарактеризуйте рівні організації ментальних ресурсів індивідуальності. 3. Розкрийте зміст формально-динамічного рівня. 4. Охарактеризуйте особистісний рівень ресурсів індивідуальності 5. Проаналізуйте інтелектуальних ресурс індивідуальності.
3.	**Тема 7. Технології розвитку ментальних ресурсів індивідуальності в учбово-предметній діяльності** **Мета:** сформулювати уявлення про технології розвитку ментальних ресурсів. 1. Категорія «технології» в психології. 2. Технології стимулювання креативності та творчого мислення. 3. Технології формування інтелектуальної компетентності. 4. Технології інтелектуального виховання та розвитку мислення. **Завдання на СР:** 1. Розкрийте зміст поняття технологія. 2. Продемонструйте на прикладі застосування технологій психомоторного розвитку. 3. Визначте шляхи формування креативності. 4. Опишіть застосування технологій розвитку інтелектуальної компетентності. 5. Проаналізуйте застосування технологій інтелектуального виховання особистості.

6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

Здобувачі вищої освіти самостійно опрацьовують питання за всіма темами в теоретичному або практичному аспекті. Самостійна робота з навчальної дисципліни «Ментальні ресурси особистості» включає: поглиблене вивчення літератури на задану тему та пошук додаткової інформації.

У процесі самостійної роботи здобувачі вищої освіти мають оволодіти вміннями та навичками:

- організації самостійної навчальної діяльності;
- самостійної роботи з навчальною, навчально-методичною, науковою, науково-популярною літературою;
- конспектування літературних джерел;
- робота з довідковою літературою.

Види самостійної роботи здобувача освіти :

- підготовка до аудиторних занять – 104 год;
- підготовка до модульної контрольної роботи – 4 год;
- підготовку до іспиту – 30 год.

Загалом – 138 год.

Політика та контроль

6. Політика навчальної дисципліни (освітнього компонента)

Відвідуваність і виконання завдань

Відвідування лекційних занять не оцінюється, але є бажаним, оскільки навчальний матеріал викладається в доступній формі та є можливість обговорення дискусійних питань і уточнення незрозумілих моментів. Для здобувачів вищої освіти, які бажають продемонструвати

відмінні результати навчання, активна робота на лекційних заняттях вкрай необхідна. Однак відпрацьовувати пропущені лекції непотрібно.

Активна участь здобувача вищої освіти на семінарських заняттях є обов'язковою. Рейтинг здобувача вищої освіти значною мірою формуватиметься за результатами його роботи на семінарських заняттях. Кожне пропущене семінарське заняття (незалежно від причин пропуску) знижує підсумковий рейтинг здобувача вищої освіти з дисципліни. У разі пропуску семінарського заняття обов'язково повинні бути вивчені теми, а також виконані всі завдання. Контроль знань (розуміння) здобувачем вищої освіти пропущених тем (виконання завдань) відбуватиметься під час спілкування з викладачем за графіком консультацій, доступним на сайті кафедри психології і педагогіки. Здобувач вищої освіти, який виконає відповідні завдання (відповість на питання) отримуватиме відповідні бали до рейтингу залежно від якості відповідей (виконання завдання).

Здобувач вищої освіти на семінарському занятті може використовувати підготовлені ним письмові нотатки з питань теми заняття (або передбачених завданням), однак висловлювати позицію, читаючи з аркуша паперу не варто.

Форми роботи

Лекції, семінарські заняття. Тематика лекцій висвітлена у робочій програмі (силабусі) дисципліни. Вітаються питання від здобувачів вищої освіти до викладача під час лекції. Допускається і вітається діалог між здобувачами вищої освіти і викладачем на лекції. На семінарських заняттях здобувачі вищої освіти фокусують свою увагу на аналізі психологічного змісту процесів виникнення стресу, його моделей, ресурсів, запобігання стресу, стратегій та стилів його подолання та оволодівають активними прийомами управління дискусією.

Політика університету

Академічна доброчесність

Основні види академічної відповідальності встановлені Законом України «Про освіту». Згідно із частиною 6 статті 42 до основних видів академічної відповідальності здобувачів освіти належать: повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування із закладу освіти; позбавлення академічної стипендії; позбавлення наданих закладом освіти пільг з оплати за навчання.

Політику, стандарти і процедури дотримання академічної доброчесності містять такі регламентуючі документи КПІ ім. Ігоря Сікорського, оприлюднені на сайті Університету: Кодекс честі КПІ ім. Ігоря Сікорського https://kpi.ua/files/honorcode.pdf, Положення про систему запобігання академічному плагіату https://osvita.kpi.ua/sites/default/files/downloads/Pologen_pro_plagiat.pdf, а також нормативно-правові документи, офіційні рекомендації, накази та розпорядження, соціологічні дослідження КПІ ім. Ігоря Сікорського, методичні матеріали, освітні курси https://kpi.ua/academic-integrity

Норми етичної поведінки

Норми етичної поведінки здобувачів вищої освіти і працівників визначені у розділі 2 Кодексу честі Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського». Детальніше: https://kpi.ua/code, а також у Положенні про комісію з питань етики та академічної чесності НТУУ «КПІ» https://data.kpi.ua/sites/default/files/files/2015_1-140a1.pdf

Вирішення конфліктних ситуацій

Процедури запобігання та врегулювання конфлікту інтересів регулюються Положенням про вирішення конфліктних ситуацій в КПІ ім. Ігоря Сікорського https://osvita.kpi.ua/2020_7-170.

У випадку не згоди здобувача вищої освіти з оцінкою за результатами контрольного заходу, він має право подати апеляцію у день оголошення результатів відповідного контролю на ім'я декана факультету/директора інституту за процедурою визначеною Положенням про апеляції в КПІ в КПІ ім. Ігоря Сікорського https://osvita.kpi.ua/node/182.

8. Види контролю та рейтингова система оцінювання результатів навчання (РСО)

Поточний контроль: опитування за темою заняття, модульна контрольна робота.
Календарний контроль: проводиться двічі на семестр як моніторинг поточного стану виконання вимог силабусу.
Семестровий контроль: екзамен

Оцінювання та контрольні заходи

Рейтинг здобувача вищої освіти з дисципліни складається з балів, що отримуються за:

1) підготовка доповіді та виступ на семінарських заняттях, групове обговорення питань семінарських занять;

2) виконання модульної контрольної роботи;

3) екзаменаційна контрольна робота.

1. Робота на семінарських заняттях (максимальна кількість балів – 12 балів (максимальна кількість балів на 1 занятті – 4):

активна участь в обговоренні дискусійних питань. надання повної, аргументованої, логічно викладеної доповіді чи відповіді, вираження власної позиції з дискусійних питань або правильне вирішення завдань із чітким і обґрунтованим поясненням. Доповнення відповідей інших здобувачів вищої освіти є слушними та логічними, значно збагачують дискусію.	4
надання правильних відповідей або правильне вирішення завдань з незначними неточностями або порушеннями логіки викладення відповіді чи обґрунтування. Відповідь є здебільшого коректною, але містить деякі недоліки або помилки в деталях. Доповнення інших учасників можуть бути корисними, але є частково неповними або потребують уточнення	3
помірна участь у занятті. Надання частково правильних відповідей або вирішення завдань з певними помилками, які не суттєво впливають на загальний зміст відповіді, але вимагають корекції. Відповідь є неповною або не повністю обґрунтованою, з деякими логічними недоліками. Доповнення є частково доречними, але не завжди допомагають загальній дискусії або потребують додаткових пояснень.	2
пасивна присутність на занятті. Надання відповідей з серйозними помилками або неправильне вирішення завдань. Відповідь не має чіткої логіки або пояснення, помилки суттєво спотворюють суть питання. Відсутність або слабка аргументація, недостатнє пояснення. Доповнення інших учасників є неадекватними або без суттєвих аргументів, не сприяють розвитку дискусії.	1
відсутність участі на занятті або повна відсутність відповіді. Відсутність вирішення завдання або відповідей без логіки чи обґрунтування. Жодного корисного внеску у дискусію чи обговорення.	0

Здобувач вищої освіти отримає найвищий рейтинг, якщо він бере активну участь у проведених семінарських (практичних) заняттях, переважно надає повні та аргументовані відповіді, логічно їх викладає, висловлює власну позицію з дискусійних питань. Пропущені заняття, неточності, неповнота, помилки у відповідях спричиняють зниження рейтингу здобувача вищої освіти.

Викладач оцінює роботу здобувача вищої освіти на кожному семінарському занятті і виставляє оцінки в кампусі, в рубриці «Поточний контроль» після проведення семінарського заняття..

2. Модульна контрольна робота

Модульна контрольна робота складається з 38 тестових завдань, що відображають зміст всієї дисципліни. МКР проводитися за допомогою гугл-тестів на останній (передостанній) лекції. Доступ до МКР надається здобувачам вищої освіти лише під час лекції. Перескладати МКР не можна.

Максимальна кількість балів складає 38 (максимальна кількість балів за 1 тестове завдання – 1):

Тестове завдання виконане правильно (кожне з 38)	1
Тестове завдання виконане не правильно (кожне з 38)	0

Розрахунок шкали (R) рейтингу:

Сума вагових балів контрольних заходів стартової складової:

RC = 12 + 38 = 50 балів

Екзаменаційна складова шкали дорівнює 50% від R, а саме:

RE = 50 балів

Таким чином рейтингова шкала навчальної дисципліни складає **R = RC + RE = 100 балів.**

Необхідною умовою допуску до екзамену є рейтинг (**RC**) не менше 60% від **RC.**

Умови допуску до семестрового контролю: здобувачі освіти, які не виконали всіх передбачених силабусом завдань й мають рейтинг нижче 60% до екзамену - **не допускаються**.

Семестровий контроль:

3. Екзамен

Необхідною **умовою допуску до екзамену** є рейтинг не менше 25 балів.

Екзамен проводиться в письмовій формі.

Час екзаменаційної контрольної роботи – 90 хвилин.

За виконання екзаменаційної контрольної роботи максимально можна отримати 50 балів.

Екзаменаційний білет містить 2 завдання (по 25 балів кожне) за тематичними розділами дисципліни:

повна, чітка, викладена в логічній послідовності відповідь на питання, що свідчить про глибоке розуміння суті питання, ознайомлення здобувача вищої освіти не лише з матеріалом лекцій, але й з підручником та додатковою літературою; висловлення здобувачем вищої освіти власної позиції щодо дискусійних проблем, якщо такі порушуються у питанні	25-22
відповідь на поставлене питання, але неповна або не достатньо чітка, що свідчить про правильне розуміння суті питання, ознайомлення здобувача вищої освіти з матеріалом лекцій та підручника; певні неточності у відповіді	21-18
достатньо поверхова відповідь на поставлене питання; неправильне розуміння суті питання; суттєві помилки у відповіді	17-15
неправильна відповідь на поставлене питання, що свідчить про незнання відповідного навчального матеріалу; відсутність відповіді	0

У підсумку рейтингові бали, отримані за роботу на семінарських (практичних) заняттях, виконання модульної контрольної роботи та складання екзамену, підсумовуються та переводяться до оцінки за університетською шкалою відповідно до таблиці:

Кількість балів	*Оцінка*
100-95	Відмінно
94-85	Дуже добре
84-75	Добре
74-65	Задовільно
64-60	Достатньо
Менше 60	Незадовільно
Не виконані умови допуску	Не допущено

9. Додаткова інформація з дисципліни (освітнього компонента)

Рекомендації здобувачам вищої освіти

При вивчені дисципліни «Ментальні ресурси особистості» здобувач вищої освіти має користуватися, в першу чергу, літературою, яка визначена в основному списку і є у фондах науково-технічної бібліотеки імені Г.С. Денисенка. Додатковим джерелом інформації мають бути конспекти лекцій. Також здобувачам вищої освіти рекомендується знаходити через систему Інтернет матеріали новітніх психологічних досліджень.

Зміст дисципліни реалізується через опанування трьох блоків: теоретичного, практичного та блоку самостійної роботи. Опанування теоретичного блоку здійснюється в процесі роботи на лекціях та опрацювання літератури. На семінарських заняттях відпрацьовуються конкретні вміння та навички аналізу психологічного змісту процесів виникнення стресу, його моделей, ресурсів, запобігання стресу, стратегій та стилів його подолання, формуються комунікативні здібності, вміння аргументувати та відстоювати власну точку зору.

Опанування дисципліни «Ментальні ресурси особистості» передбачає комплексний підхід при виборі форм та методів навчання. Суть такого підходу полягає в поєднанні лекційних занять та різноманітних форм самостійної роботи, в тому числі: робота на семінарському занятті; підготовка доповідей та виступів з доповідями на семінарах.

Семінарське заняття дає можливість виявити рівень підготовки до нього (виступ, участь в дискусії, висловлення власної думки). Критеріями оцінювання виконання завдань семінарського заняття є: логічна послідовність відповіді; повнота розкриття кожного питання; аналітичність міркувань у відповіді; посилання на джерела; обґрунтованість особистих висновків. У процесі роботи з літературою та конспектування важливо записувати бібліографічні відомості джерела та номери сторінок, з яких були запозичені думки для подальшого оформлення посилань на джерела. Підготовлені раніше матеріали обробляють, включають в роботу власний аналіз.

Позааудиторні заняття

Можлива участь здобувачів вищої освіти у неформальних гуртках, зокрема у відкритій групі PhD-інкубатор https://www.facebook.com/groups/2735550373369832/

Дистанційне навчання

Можливе синхронне дистанційне навчання з використанням платформ для відео-конференцій та освітньої платформи для дистанційного навчання в університеті.

Інклюзивне навчання

Допускається

Робочу програму навчальної дисципліни (силабус):

Складено професором кафедри психології та педагогіки, професором, д. психол. н., професором, Волянюк Наталією Юріївною;

професором, д. психол. н., професором кафедри психології та педагогіки Ложкіним Георгієм Володимировичем

Ухвалено кафедрою психології та педагогіки (протокол № 14 від 14.05.2025 р.)

Погоджено методичною комісією факультету соціології і права (протокол № 4 від 24.06.2025 р.).

Орієнтовний перелік питань до екзаменаційної контрольної роботи

1. Розкрийте природу ментальних ресурсів.
2. Розкрийте структуру ментальних ресурсів.
3. Поясність механізми ментальних ресурсів.
4. Назвіть ресурсні фактори інтелектуального розвитку індивідуальності.
5. Охарактеризуйте умови зростання продуктивності ментального розвитку в освітньому процесі.
6. Назвіть базові принципи ментальних ресурсів.
7. Якій зміст принципу демократизації?
8. Якій зміст принципу диференціації?
9. Проаналізуйте зміст принципу індивідуалізації.
10. В чому полягає зміст парадоксів сучасного освітнього середовища?
11. Назвіть і обґрунтуйте рівні організації ментальних ресурсів індивідуальності.
12. Розкрийте зміст формально-динамічного рівня ментальних ресурсів.
13. В чому полягає особистісний рівень ресурсів індивідуальності.
14. Проаналізуйте інтелектуальний ресурс індивідуальності.
15. В чому полягає мотиваційно-ціннісний ресурс індивідуальності.
16. Назвіть основні рівні репрезентації психічних станів.
17. Розкрийте зміст асоціативного рівня репрезентації психічних станів.
18. Наведіть приклади оціночного рівня репрезентації психічного стану.
19. В чому полягає понятійний рівень репрезентації психічного стану.
20. Розкрийте регуляторні дії психічних станів.
21. Чому психічні стани залежать від досвіду та віку людини?
22. В чому полягає корекційна робота з психічним станом?
23. Охарактеризуйте групи повсякденних труднощів, що потребують мобілізації ментальних ресурсів.
24. Дайте оцінку напруженим ситуаціям, що потребують мобілізації ментальних ресурсів.
25. Опишіть емоційно-вольові ресурси особистості.
26. Розкрийте сутність комунікативних ресурсів.
27. Опишіть ментальні ресурси геніальних особистостей.
28. Назвіть основні механізми актуалізації ментальних ресурсів.
29. Опишіть особистісні ресурси суб’єкта віртуального середовища.
30. В чому полягають труднощі мобілізації ментальних ресурсів?
31. Яке значення тілесних ресурсів для збереження самовладання в складних життєвих ситуаціях.
32. Наведіть приклади актуальних ресурсів геніальних особистостей.
33. Які фактори впливають на розвиток ментальних ресурсів у різні вікові періоди?
34. Як соціальні фактори можуть впливати на актуалізацію ментальних ресурсів особистості?
35. Проаналізуйте роль емоційної регуляції в управлінні ментальними ресурсами.
36. Які технології можна використовувати для розвитку ментальних ресурсів в освітньому середовищі?
37. Як інформаційне перевантаження впливає на ментальні ресурси особистості?
38. Яким чином стресові ситуації можуть мобілізувати ментальні ресурси?
39. Охарактеризуйте взаємозв'язок між когнітивними та емоційними ресурсами в процесі прийняття рішень.
40. Що таке адаптивність ментальних ресурсів і як її можна розвивати?
41. Як віртуальні спільноти впливають на розвиток ментальних ресурсів особистості?
42. Як зміна життєвих обставин впливає на актуалізацію ментальних ресурсів?
43. Розкрийте зв'язок між мотивацією та актуалізацією ментальних ресурсів у складних ситуаціях.
44. Проаналізуйте на прикладі застосування технологій інтелектуального виховання індивідуальності.
45. Розкрийте зміст технології розвитку інтелектуальної компетентності.
46. Проаналізуйте роль штучного інтелекту в розвитку ментальних ресурсів особистості.

47. Оцініть, як штучний інтелект впливає на когнітивні, емоційні та мотиваційні ресурси.
48. Розкрийте, яким чином ШІ може сприяти персоналізації навчання та зменшенню когнітивного навантаження.
49. Охарактеризуйте вплив штучного інтелекту на розвиток креативності та інноваційного мислення.
50. Проаналізуйте можливості ШІ у підтримці емоційної регуляції та в умовах стресу чи кризових ситуацій.