



## СИЛАБУС КУРСУ ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК

Ступінь вищої освіти – бакалавр  
Спеціальність – 022 Дизайн  
Освітньо-професійна програма – «Графічний дизайн»  
Дисципліна вільного вибору

Рік навчання: 2 курс, 3 семестр

Кількість кредитів: 5 Мова викладання: українська

III

Керівник курсу  
к.е.н., доц. Овсянюк-Бердадіна О. Ф.

Контактна інформація [underberg78@ukr.net](mailto:underberg78@ukr.net),

### ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Дисципліна «Особистісний розвиток» спрямована на формування у студентів комплексу неспеціалізованих, надпрофесійних навичок, які відповідають за успішну участь у робочому процесі, високу продуктивність і, на відміну від спеціалізованих навичок, не пов'язані з конкретною сферою, та включають в себе здатність креативно мислити й управляти часом, навички самоуправління, вербальної і невербальної комунікації, нетворкінгу, керування проектами, командоутворення тощо.

### СТРУКТУРА КУРСУ

| № з/п | Тема  | Результати навчання   | Завдання       |
|-------|---|---|----------------|
| 1     | Тема 1. Менеджмент власного життя, навички самоуправління (self-management) | Вміти створювати та підтримувати власну мотивацію. Взяття відповідальності. Постановка цілей. Короткострокові, середньострокові та довгострокові методи досягнення поставлених цілей. Управління часом (time-management). Визначення пріоритетності діяльності. Обізнаність з витратами часу та способи їх уникнення. Створення персонального бренду (я-бренд). | Тести, питання |
| 2     | Тема 2. Розвиток критичного мислення  | Проводити порівняння критичного та некритичного мислення. Рекомендації щодо критичного читання та оцінювання інформації. Рекомендації для ефективного написання звітів. Головні елементи  | Кейси          |

|   |  |   |               |
|---|--|---|---------------|
|   |  | критичного мислення. Техніки вербального та письмового переконання. Логічні похибки. Візуальні засоби раціонального прийняття рішень. Коректна інтерпретація статистики.  |               |
| 3 | Тема 3. Навички презентації та самопрезентації         | <p>Вміти готувати презентацію, визначати час захисту презентації. Реалізація презентації (повний сценарій). Форми мовлення, чинники середовища.</p> <p>Візуальні, вербальні та невербальні засоби. Взаємодія з аудиторією та управління питаннями. Контроль нервування.</p> <p>Мистецтво публічного виступу, риторика публічного виступу.</p> <p>Репетиція</p>                                | Кейси         |
| 4 | Тема 4. Ведення академічних дебатів. Групова дискусія. | <p>Знати основи академічних дебатів. Головні формати дебатів. Слухання та реагування на критику. Врахування зауважень. Розуміння природи дискусії. Різниця між дискусією та дебатами. Способи формування та подання аргументів, способи захисту наукової роботи.</p>  | Задачі, кейси |
| 5 | Тема 5. Командоутворення (teambulding)                 | <p>Знати природу колективу, розуміти особисті та професійні цілі членів групи, ефективно працювати в команді шляхом побудови стосунків та міжособистісного спілкування. Переваги групової роботи. Які виклики несе групова робота та як з ними впоратися.</p> <p>Формування груп. Розмір груп, час праці, ролі, техніки, стратегії.</p> <p>Стимулювання групової роботи: успішна команда.</p> | Задачі        |

|    |  |  |                |
|----|--|--|----------------|
| 6  | Тема 6. Уміння управляти людьми (People management). | Виявляти суть лідерства, теорії лідерства (теорії рис, взаємодії, ситуаційні, синтетичні). Трансформаційне лідерство і лідерство як обмін з послідовниками. Стилї лідерства та керівництва за К. Левіном, Блейком та Мутоном, Лайкертом, Фідлером, Реддіним. Помилки лідерів та їхні наслідки. Способи відновлення після помилок. Деструктивне лідерство. Гендер, культура, етика і лідерство. | Тести, питання |
| 7  | Тема 7. Мистецтво перемовин                          | Зрозуміти, що таке переговори, шляхи ведення переговорів та досягнення успіху в їх процесі, зрозуміти силу мови та невербального спілкування.  | Кейси          |
| 8  | Тема 8. Організація зустрічей                        | Знати як скликати засідання, організувати зустріч, скласти порядок денний та підготувати протокол засідання.   | Тести, питання |
| 9  | Тема 9. Стресовий менеджмент                         | Знати види стресу, вміти визначати правильну причину стресу, впоратися з тиском та ефективно працювати в стресових ситуаціях, методи вирішення стресової ситуації на робочому місці.   | Тести, питання |
| 10 | Тема 10. Креативність                                | Розуміти важливість креативності, її елементи, вплив гнучкості, фактори, що впливають на креативність, шляхи підвищення рівня креативності, методи креативності. Мозковий штурм, перелік його атрибутів тощо. Загальні ідеї у вирішенні креативних завдань, креативні вправи та ігри.  | Кейси          |
| 11 | Тема 11. Комунікативні навички                       | Розуміти важливість комунікації. Процес спілкування, форми спілкування, навички слухання, активне та уважне слухання, користь слухання. Мова тіла. Правильна постава, її значення, ефекти правильної мови тіла.  | Тести, питання |

|    |                             |  |                |
|----|-----------------------------|--|----------------|
| 12 | Тема 12. Емоційний інтелект | Розуміти суть емоційного інтелекту. Елементи аудиторії. Вправи та аналіз. Управління конфліктами. Міжособистісні відносини: Значення міжособистісних стосунків у особистому житті. Поради щодо покращення міжособистісних стосунків/ крос-культури, етнічних груп, побудови команди, динаміки групи. | Тести, питання |
|----|-----------------------------|--|----------------|

### *ЛІТЕРАТУРНІ ДЖЕРЕЛА*

1. Антюшко Д., Прус Е. Метод асоціативного мислення в освіті. Вісн. Київ. нац. торг.- екон. ун-ту. 2018. № 5. С. 138–146.
2. Асташенкова Д. Ка. Міжнародні візити та переговори: організація і протокольний супровід : навч. посіб. Київ ; Кам'янець-Подільський : Рута, 2020. 88 с.
3. Баранова А. М. Теоретико-методологічні підходи до проблем лідерства в психологічній науці. Проблеми сучасної психології. 2019. № 2. С. 7-14.
4. Басінская І. Ситуаційні й інтеракціоністські теорії лідерства. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. 2020. Вип. 11. С. 5-23. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu\\_012\\_2020\\_11\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2020_11_3).
5. Брич В. Я., Корман М. М. Креативний менеджмент : підручник. Тернопіль : ТНЕУ, 2018. 219 с.
6. Венцик О.В. Аналіз стану вивчення проблеми креативності та творчого потенціалу особистості. Науковий вісник. 2018. № 1. С. 14 – 24.
7. Головня А., Шурма С. Ділові переговори англійською мовою. Київ : Арій, 2018. 63 с.
8. Гріффітс Кріс. Посібник із креативного мислення / пер. з англ. У. Курганової. Харків: Вид-во «Ранок», 2020. 288 с.
9. Джозеф О'Конор, Ієн Макдермотт. Система мислення. Пошук неординарних творчих рішень / переклад Н. Сисюк. Вид-во: Наш форма. 2018. 240 с. Національний аграрний університет. 2018. 63 с.
11. Мартинова Л. Б. Стратегічна гнучкість – основа парадигми управління людськими капіталом та лідерства. Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія : Економіка. 2021. № 20. С. 67-75.
12. Романченко А. П. Стратегія самопрезентації та її тактики (на матеріалі лінгвістичного дискурсу) : зб. наук. пр. 2018. Вип. 25. С. 197–209.
13. Сторожев Р. І. Тенденції розвитку лідерства в західноєвропейських країнах: досвід для України. Державне будівництво. 2020. № 2. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/DeBu\\_2020\\_2\\_11/](http://nbuv.gov.ua/UJRN/DeBu_2020_2_11/)
14. Філоненко, М.М. Психологія спілкування : підруч. для вищ. навч. закл. К.: Центр учбової літератури, 2018. 224 с.
15. Чернега О., Осичка О. Управління проектною командою. Наук. вісн. Одес. нац. екон. ун-т. 2018. № 2. С. 187–197.
16. Börner K., Scriver O., Gallant M., Ma Sh., Liu X., Chewning K., Wu L. Skill discrepancies between research, education, and jobs reveal the critical need to supply soft skills for the data economy. PNAS. vol. 115. № 50. 2018. pp. 12630–12637.

17. Demianiuk A., Demianiuk N. Innovative technologies of modern education in the context of problem-based learning. Project approach and educational innovations in the context of integration into the European education area: the collection of materials of the international scientific and practical conference (March 21, 2018, Lodz). Poland: Lodz, 2018. P. 63 – 66.

18. Dźwigoł H. Leadership in the Research: Determinants of Quality, Standards and Best Practices. Business ethics and leadership. 2021. Vol. 5, Iss. 1. С. 45-56.

### **ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ**

*Політика щодо дедлайнів і перескладання.* Для виконання індивідуальних завдань і проведення контрольних заходів встановлюються конкретні терміни. Перескладання модулів відбувається з дозволу дирекції факультету за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

*Політика щодо академічної доброчесності.* Використання друкованих і електронних джерел інформації під час контрольних заходів та екзаменів заборонено.

*Політика щодо відвідування.* За об’єктивних причин (наприклад, карантин, воєнний стан, хвороба, закордонне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу з дозволу дирекції факультету.

#### **Оцінювання**

|  | 40%                         | 5%   | 15%  |
|--|-----------------------------|--|--|
| 40%  |                             |  |  |
| <i>Поточне оцінювання</i>  | <i>Модульний контроль</i>   | <i>Тренінг</i>   | <i>Самостійна робота</i>   |
| Оцінка за поточне опитування визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час практичних занять | Підсумкова письмова робота. | Оцінка за тренінг визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час виконання завдань тренінгу | Оцінка за самостійну роботу визначається як середнє арифметичне оцінок, отриманих за виконання завдань самостійної роботи блоку 1 і 2. |

#### **Шкала оцінювання студентів:**

| Підсумковий бал | Оцінка за традиційною шкалою |
|-----------------|------------------------------|
|                 | <b>залік</b>                 |
| 90-100          |                              |
| 89-70           | зараховано                   |
| 60-69           |                              |
| 26-59           | не зараховано                |
| 1-25            |                              |