




Міністерство освіти і науки України  
Національний університет «Чернігівська політехніка»  
ННІ Права і соціальних технологій  
Кафедра психології і креативних індустрій

**СИЛАБУС**  
**Психологія успіху (ВК 1.7)**


**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри

  
М.В.Поленкова  
(підпис) (прізвище та ініціали)


« 08 » січня 2024 р.

Розробник: Філіпович Вікторія Миколаївна канд.психол.н., доцент  
(прізвище та ініціали, посада, науковий ступінь і вчене звання)

  
(підпис)

Силабус навчальної дисципліни обговорено на засіданні кафедри психології і креативних індустрій

Протокол від «08» січня 2024р. №1

Узгоджено з гарантом освітньої програми:   
(підпис) Попело О.В.

Тип дисципліни	Вибіркова.
Мова викладання	Українська
Рік навчання та семестр	Курс 2, семестр 3, ОПП «Менеджмент» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 073 «Менеджмент»
Викладач (-і)	Філіпович Вікторія Миколаївна канд.психол.н., доцент
Профайл викладача (-ів)	<a href="https://nnip.stu.cn.ua/uk/component/k2/item/1259-naukovo-pedagogichniy-sklad-kafedri.html">https://nnip.stu.cn.ua/uk/component/k2/item/1259-naukovo-pedagogichniy-sklad-kafedri.html</a>
Контакти викладача	Чернігів, вул. Козацька 1-а, каб. 312. E-mail: <a href="mailto:filipovich72@ukr.net">filipovich72@ukr.net</a>

**1. Анотація курсу.** Кожен з нас являє собою єдину в своєму роді, унікальну, неповторну особистість з притаманними тільки нам природними задатками, здібностями, характером, життєвим досвідом, переконаннями, світоглядом, своїм індивідуальним набором потреб, бажань та інтересів. Однак в одному, від малого і до великого, ми схожі: всі люди нашої планети прагнуть до щастя і успіху в житті. Всі без винятку хочуть бути потрібними, значущими, шанованими і забезпеченими людьми. Всі хочуть бути привабливими і успішними. І тим не менше, лише деякі досягають цього. Переважна більшість людей не знає,

як витягти максимум з власного потенціалу, як застосовувати свої сили для отримання максимальних результатів і досягнення успіху.

Курс «Психологія успіху» пропонує до використання накопичений у світі досвід по досягненню успіху в житті. В курсі міститься основна практична інформація, яка розповість, як зробити своє життя продуктивним, як домогтися поставлених цілей, як реалізувати свої необмежені можливості. Практичні заняття у вигляді тренінгів дозволять виробити необхідні вміння та навички: управління емоціями, невербального спілкування, розвитку лідерських якостей, цілепокладання, ефективного вирішення конфліктів та ефективного спілкування.

**1. Мета та цілі курсу.** Мета курсу полягає у формуванні у здобувачів освіти сукупності знань щодо основних принципів досягнення успіху, закономірностей успіху та невдач, секретів особистої чарівності, практичних порад по діловому спілкуванню, прийомів маніпуляції, протидії маніпуляціям, особливостей емоційної саморегуляції особистості, основ ораторської майстерності, почуття гумору, язика міміки, жестів, тілорухів або мови без слів, розвитку пам'яті та інтелекту.

**3. Результати навчання.** У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти будуть знати : головні принципи та закономірності досягнення успіху; будову і закономірності спілкування; особливості, види та основні причини внутрішньоособистісних конфліктів; спільні риси, особливості, форми, класифікація та причини міжособистісних конфліктів; види та прийоми маніпуляції, протидії маніпуляціям; особливості емоційної саморегуляції особистості;

Здобувачі будуть вміти: формувати власну стратегію життя, стратегію успіху; управляти власними емоціями; працювати в команді; виявляти та вирішувати проблеми; генерувати нові ідеї;

**4. Пререквізити.** Дисципліна спрямована на формування у здобувачів вищої освіти навичок soft-skills для ефективної самореалізації в 21-го столітті (вміння працювати в команді, навички критичного і креативного мислення, ефективної комунікації. Навички емоційної саморегуляції), передбачає тренінговий формат і не потребує вивчення попередніх дисциплін. Передумов для вивчення дисципліни немає, додаткові умови та обмеження відсутні.

**5. Обсяг курсу.** Зазначте загальну кількість кредитів, кількість занять та годин самостійної роботи.

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекції	16
Лабораторні заняття	14
Самостійна робота	60
Всього кредитів	3

Згідно з відповідними нормативними документами, заняття можуть проводитись в очному, дистанційному або змішаному форматі. В дистанційному режимі заняття проводяться за допомогою системи Microsoft Teams, Wi-Fi і інтернету.

Лекційні заняття проводяться дистанційно за допомогою системи Microsoft Teams.

Практичні заняття – у змішаному форматі (аудиторно та за допомогою системи Microsoft Teams.

Плани практичних занять та завдання для самостійної чи індивідуальної роботи ЗВО отримують через систему Moodle.

## 6. Тематика курсу.

### Тематика лекційних занять

#### **Змістовий модуль 1. Концептуальні основи успіху.**

##### **Тема 1. Становлення особистості і становлення індивідуальності.**

Закон розвитку як закон природи. Розвиток як рух. Рух як зміна якості (перехід в іншу якість). Види діяльності, діяльність що веде до успіху. Криза, біполярність поняття. Хо́да по колу. Закони та правила життя.

##### **Тема 2. Сенс і стратегія життя.**

Успіх та щастя: особисте усвідомлення. Сенс життя особистості. Поняття екзистенційного вакууму, самотрансценденції та самореалізації. Життєві цілі та стратегія життя. Самовдосконалення, саморозвиток, самоактуалізація.

##### **Тема 3. Позитивне мислення як спосіб самореалізації.**

Способи мислення. Аналіз та самоаналіз. Інтелект людини, види інтелекту. Емоційний інтелект – умова самореалізації особистості. Свідомість і підсвідомість. Критичне мислення: цілі, особливості, основні характеристики. Креативне мислення, особливості формування. Розвиток пам'яті і інтелекту. Вміння виробляти власну думку на основі осмислення різного досвіду, ідей і уявлень.

#### **Змістовий модуль 2. Успіх в рамках соціальної психології**

##### **Тема 4. Спілкування – основа міжособистісних відносин.**

Будова і закономірності спілкування. Комунікативна сторона спілкування (обмін інформацією). Інтерактивна сторона спілкування (взаємодія). Перцептивна сторона спілкування (сприйняття людьми один одного). Техніки ефективного спілкування. Практичні поради щодо ділового спілкування. Інтимні міжособистісні відносини (дружба, кохання).

##### **Тема 5. Конфлікти у різних сферах і формах взаємодії людей. Психологія попередження та управління конфліктами.**

Конфлікт, його види та динаміка. Поняття, особливості, види та основні причини внутрішньоособистісних конфліктів. Умови попередження, форми прояву і способи подолання внутрішніх конфліктів. Поняття, спільні риси, особливості, форми, класифікація та причини міжособистісних конфліктів. Управління міжособистісними конфліктами. Міжгруповий конфлікт і його особливості. Невербальний конфлікт: причини, особливості подолання.

##### **Тема 6. Психологія впливу: сутність і характеристика.**

Маніпуляція: види, прийоми маніпуляції. Страх як засіб маніпулювання свідомістю. Протидія маніпуляціям. Перекона́ння, прийоми переконання. Методи психологічного впливу, закони психологічного тиску, створення конкуренції.

##### **Тема 7. Емоційний інтелект як внутрішній ресурс життєдіяльності особистості.**

Залежність між інтелектом і життєвим успіхом. Вплив емоційної сфери на життєві здобутки людини. Емоційні складники, що формують нашу долю. Емоційна саморегуляція особистості. Виправлення емоційної моделі людини, що гальмує її рух до кращого. Профілактика нервозності, перевтоми та усунення їх. Душевний спокій та відчуття щастя. Ефективний відпочинок. Методики виходу зі стресу та депресії.

##### **Тема 8. Теорія брехні.**

Невербальне спілкування, язик міміки, жестів, тілорухів або мова без слів. Поняття «брехні», особливості прояву. Діагностика брехні. Як визначити брехуна в бізнесі, політиці та приватному житті.

<b>Тематика практичних занять</b>
<p>Тема 1. Становлення особистості і становлення індивідуальності.</p> <p>Тема 2. Сенс і стратегія життя.</p> <p>Тема 3. Позитивне мислення як спосіб самореалізації.</p> <p>Тема 4. Спілкування – основа міжособистісних відносин.</p> <p>Тема 5. Конфлікти у різних сферах і формах взаємодії людей. Психологія попередження та управління конфліктами.</p> <p>Тема 6. Психологія впливу: сутність і характеристика.</p> <p>Тема 7. Емоційний інтелект як внутрішній ресурс життєдіяльності особистості.</p> <p>Тема 8. Теорія брехні.</p>
<b>Тематика самостійної роботи</b>
<p>Навчальним планом передбачено виконання індивідуальних завдань у вигляді самостійної дослідницької роботи, під час виконання якої здобувачі, базуючись на поняттях, категоріях, принципах, методах та засобах психологічних досліджень показують вміння аналізувати, обробляти та приймати рішення в процесі практичної роботи.</p>

### **7. Система оцінювання та вимоги.**

Контроль знань ЗВО проводиться у відповідності до вимог «Положення про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів вищої освіти Національного університету «Чернігівська політехніка», <http://surl.li/bhgmq>

<b>Загальна система оцінювання курсу</b>	Семестровий контроль у вигляді заліку проводиться під час сесії з одним теоретичним питанням (5 балів) і одним практичним завданням (5 балів). Оцінка за результатами вивчення дисципліни формується шляхом додавання підсумкових результатів поточного контролю до оцінки за залік.
<b>Практичні заняття</b>	Контроль теоретичних знань студентів забезпечується шляхом обговорення попередньо визначених питань під час практичного заняття, що сприяє формуванню компетенцій передбачених дисципліною. За кожне практичне заняття ЗВО може отримати до 7 балів, що разом за семестр складає 49 балів.
<b>Умови допуску до підсумкового контролю</b>	Здані індивідуальні завдання і мінімум 36 балів за результатами поточного і підсумкового контролю.

### **Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти**

<b>Модуль за тематичним планом дисципліни та форма контролю</b>		<b>Кількість балів</b>
<b>Змістовий модуль 1. Концептуальні основи успіху</b>		<b>0-42</b>
<b>1</b>	Підготовленість до практичних занять	0-7
<b>2</b>	Виконання індивідуальних завдань під час практичних занять (науково-дослідні роботи)	0-10
<b>3</b>	Самостійна робота	0-6
<b>4</b>	Проміжний контроль	0-5
<b>Змістовий модуль 2. Успіх в рамках соціальної психології</b>		<b>0-48</b>



1	Підготовленість до практичних занять	0-7
2	Виконання індивідуальних завдань під час практичних занять (науково-дослідні роботи)	0-10
3	Самостійна робота	0-5
4	Проміжний контроль	0-5
<b>Усього поточний і проміжний модульний контроль</b>		<b>0-90</b>
<b>Семестровий контроль (диференційований залік)</b>		<b>0-10</b>
<b>Разом</b>		<b>0...100</b>

### Шкала оцінювання результатів навчання

Оцінка в балах	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою (диференційований залік)	
		для екзамену (диференційованого заліку), курсового проєкту (роботи), практики, атестації	для заліку
90 – 100	<b>A (відмінно)</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B (дуже добре)</b>	добре	
75-81	<b>C (добре)</b>	задовільно	
66-74	<b>D (задовільно)</b>		
60-65	<b>E (достатньо)</b>		
0-59	<b>FX (незадовільно)</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	незараховано з можливістю повторного складання

### 8. Політики курсу.

Відвідування навчальних занять у відповідності до затвердженого розкладу є обов'язковим для здобувачів вищої освіти. У випадку пропуску занять здобувач повинен відпрацювати пропущене заняття відповідно до розкладу відпрацювань, затвердженому на кафедрі за наявності відповідного розпорядження деканату. Консультації відбуваються в аудиторіях університету/онлайн у відповідності до затвердженого розкладу або ж особистих чи групових консультацій (через вбудований форум) на сторінці курсу в системі дистанційного навчання НУ «Чернігівська політехніка».

Вільне відвідування занять передбачає можливість вільного відвідування здобувачем вищої освіти лекційних занять та самостійного опрацювання навчального матеріалу. Відвідування інших видів навчальних занять: практичних або семінарських занять (крім консультацій), є обов'язковим, якщо самостійне їх виконання є неможливим. Надання дозволу на вільне відвідування занять регламентується [«Порядком надання дозволу на вільне відвідування занять здобувачам вищої освіти НУ «Чернігівська політехніка»](http://surl.li/cxzpy) <http://surl.li/cxzpy>.

Під час проведення контрольних заходів здобувачам вищої освіти не дозволяється користуватися засобами зв'язку, пристроями зчитування, обробки, збереження та відтворення інформації (мобільними телефонами, планшетами, ноутбуками і т.п.) друкованими або рукописними матеріалами, іншими засобами, предметами, приладами, що не передбачені процедурою оцінювання знань.

Семестровий контроль у вигляді заліку проводиться під час сесії з одним теоретичним питанням (5 балів) і одним практичним завданням (5 балів). Повторне складання заліку з метою підвищення позитивної оцінки не дозволяється. Оцінка за результатами вивчення дисципліни формується шляхом додавання підсумкових результатів поточного контролю до оцінки за залік.

Здобувачам вищої освіти, які під час семестрового контролю одержали незадовільні оцінки (в тому числі й ураховуючи неявку на залік без поважних причин) з дисциплін, сумарний обсяг яких не перевищує 20 кредитів, дозволяється ліквідувати академічну заборгованість. На ліквідацію академічної заборгованості виноситься весь обсяг теоретичного матеріалу. Академічна заборгованість повинна бути ліквідована до атестації здобувача вищої освіти, а у випадку коли заборгованість виникла з дисципліни, знання, уміння та навички з якої, відповідно до структурно-логічної схеми підготовки фахівця, потрібні для вивчення навчальних дисциплін наступного семестру, то така заборгованість повинна бути ліквідована до початку нового семестру. («Положенням про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів НУ «Чернігівська політехніка»» <http://surl.li/afvkw>).

#### ***Політика академічної доброчесності***

Політика дотримання академічної доброчесності ґрунтується на «Кодексі академічної доброчесності НУ «Чернігівська політехніка»» <http://surl.li/dqptz>).

Дотримання академічної доброчесності здобувачами вищої освіти передбачає: самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю; посилення на джерела інформації в разі використання, тверджень, відомостей. Списування під час тесту, екзамену, оформленні звіту з розрахункової роботи заборонені. За порушення академічної доброчесності здобувачі вищої освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності як повторне проходження оцінювання результатів їх навчальної діяльності.

#### ***Політика дедлайнів***

Здобувач зобов'язаний дотримуватись крайніх термінів (дата для аудиторних видів робіт або час в системі дистанційного навчання), до яких має бути виконано певне завдання. Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються меншою кількістю можливих балів.

За наявності поважних причин (відповідно до інформації, яку надано деканатом) здобувач має право на складання індивідуального графіку вивчення окремих тем дисципліни.

#### ***Політика щодо оскарження результатів оцінювання***

Згідно «Положенням про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів НУ «Чернігівська політехніка»» результати оцінювання знань під час семестрового контролю, оцінювання практик та атестації, а також при визнанні результатів навчання в неформальній та/або інформальній освіті можуть бути оскаржені здобувачами вищої освіти (<http://surl.li/afvkw>).

Апеляція щодо процедури проведення та об'єктивності оцінювання подається особисто здобувачем вищої освіти через загальний відділ Університету на ім'я ректора Університету не пізніше наступного робочого дня після оголошення оцінки. Розгляд апеляційних заяв здійснюється апеляційною комісією в триденний термін від дати надходження апеляційної заяви. На засіданні апеляційної комісії може бути присутній науково-педагогічний працівник, який приймав екзамен (залік), голова (член) предметної комісії з визнання результатів

навчання в неформальній та/або інформальній освіті або голова екзаменаційної комісії (у разі апеляції на результати оцінювання атестації). Він має право давати обґрунтовані пояснення здобувачу вищої освіти та членам апеляційної комісії щодо відповідності виставлених балів затвердженим критеріям оцінювання.

#### ***Політика неформальної та/ або інформальної освіти***

У відповідності до положення «Порядок визначення академічної різниці та перезарахування навчальних дисциплін у НУ «Чернігівська політехніка» <http://surl.li/dkfwv> для визнання результатів навчання у неформальній та/або інформальній освіті розпорядженням директора навчально-наукового інституту (декана факультету) створюється предметна комісія.

Предметна комісія приймає рішення про зарахування здобувачу даного освітнього компонента освітньої програми, якщо за підсумками визнання результатів неформального та/або інформального навчання визнаються усі результати навчання, передбачені цим освітнім компонентом. У такому випадку здобувачу зараховується відповідна освітньому компоненту кількість кредитів ЄКТС. Оцінка за таким освітнім компонентом визначається за підсумками вимірювання визнаних результатів навчання. У випадку, якщо за підсумками визнання результатів неформального та/або інформального навчання визнається тільки частина результатів навчання, передбачених даним освітнім компонентом, здобувачу зараховуються окремі види навчальної роботи за таким освітнім компонентом.

#### ***Правила перезарахування кредитів***

Кредити, отримані в інших закладах вищої освіти за даною спеціальністю з освітніх компонент, спрямованих на отримання відповідних компетенцій можуть бути перезараховані викладачем у відповідності до «Порядку визначення академічної різниці та перезарахування навчальних дисциплін у НУ «Чернігівська політехніка» <http://surl.li/dkfwv> шляхом співставлення отриманих програмних результатів навчання та компетентностей.

#### ***Політика користування мобільними телефонами / планшетами / ноутбуками***

Користуватися мобільними телефонами, планшетами, ноутбуками під час проведення навчальних занять здобувачам вищої освіти дозволяється лише за погодженням викладача.

Прохання до здобувачів протягом занять тримати мобільні телефони переведеними у беззвучний режим, оскільки дзвінки, переписки та спілкування у соціальних мережах відволікають від проведення занять як викладача, так й інших здобувачів. Ноутбуки, планшети та мобільні телефони не можуть використовуватися під час проведення поточного, проміжного та семестрового контролю (за виключенням проходження тестового контролю в системі Moodle).

#### ***Політика заохочень***

До системи оцінювання можуть включатися також заохочувальні додаткові бали – до 10 балів, за окремі види самостійної роботи здобувачів (участь у наукових конференціях та наукових конкурсах, публікація тез доповіді чи наукової статті тощо).

#### ***Політика використання технологій штучного інтелекту***

Політика використання інструментів штучного інтелекту (ChatGPT, GPT, DALL-E тощо) оголошується викладачем на початку курсу. Будь-яке використання штучного інтелекту не повинно порушувати політику університету щодо плагіату. Навчальні роботи мають бути оригінальними - результатом власної інтелектуальної творчої діяльності автора та відображати творчі рішення, прийняті автором під час створення твору. Учасники освітнього процесу, які використовують технології ШІ у своїй освітній та науковій діяльності, несуть відповідальність за точність, цілісність і оригінальність своїх наукових, навчальних робіт, за будь-який неточний, упереджений, образливий, неетичний контент, незалежно від того, чи створений він автором роботи, чи ШІ. Заборонено використовувати технології ШІ під час екзамену. Несанкціоноване використання інструментів штучного інтелекту є порушенням академічної доброчесності. (Кодекс академічної доброчесності Національного університету «Чернігівська політехніка» (нова редакція) <http://surl.li/dqptz> ).

## **9. Рекомендована література.**

1. Кові, С. Р. Сім звичок високоефективних людей: Потужні інструменти розвитку особистості = The 7 Habits of Highly Effective People: Restoring the Character Ethic. М. : Паблішер, 2023. 512 с.
2. Роджер Нібон. Як стати експертом. Шлях до майстерності. Харків: Віват, 2023. 304с.
3. Хілл Н. Думай і багатій. Київ : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2021. 256 с.
4. Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості : монографія / за ред. : С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. 540 с.
5. Ходжсон Дж. Ефективне ведення переговорів / Пер. з англ. за ред. канд. філол. Наук Л.І. Байдари. Дніпропетровськ: Баланс Клуб, 2020. 252 с.
6. Bodo Schafer. The Laws of the Winners. 15MIN LTD, 2022. 288 с.

