

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра педагогіки та психології

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Ректор Міжнародного гуманітарного
університету д.ю.н., професор

Костянтин ГРОМОВЕНКО

«30» серпня 2024 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

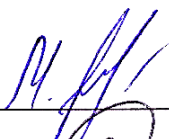
Галузь знань	<u>05 Соціальні та поведінкові науки</u>
Спеціальність	<u>053 Психологія</u>
Назва освітньої програми	<u>Психологія</u>
Рівень вищої освіти	<u>перший (бакалаврський) рівень</u>

Одеса – 2024 рік

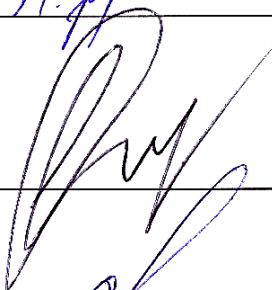
Робоча програма затверджена на засіданні кафедри педагогіки та психології
протокол № 1 від 29 серпня 2024 року.

Розробники і викладачі	Контактний тел.	E-mail
професор кафедри педагогіки та психології, доктор педагогічних наук Єрмакова Світлана Станіславівна	+380982101888	ermakovasvitlana2011@ukr.net

Завідувач кафедри педагогіки та психології к.п.н., доцент

_____ Наталія МЕЛЕНЧУК

Гарант освітньої програми
д.п.н., професор

_____ Світлана ЄРМАКОВА

Узгоджено
Начальник навчального відділу

_____ Лариса РАЙЧЕВА

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4 Загальна кількість годин – 120	Галузь – 05 «Соціальні та поведінкові науки» Спеціальність – 053 «Психологія»	вибіркова	
		Рік підготовки:	
		2-й	
		Семестр	
		4-й	4-й
		Лекції	
Мова навчання – українська	Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський) рівень	14 год.	6 год
		Практичні, семінарські	
		28 год.	6
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота та індивідуальні завдання	
		78 год.	108 год.
		Вид контролю:	
		залік	залік

1. АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ

На протязі усього життя людина вчиться розпізнавати і точно ідентифікувати свої емоції, усвідомлюючи, до яких дій вони її спонукають. Життєва активність людини передбачає володіння своїми емоціями, емоційними переживаннями, емоційними станами у ситуації взаємодії з навколишнім середовищем. Пізнання і розуміння своїх емоцій дає можливість розпізнавати невербальні знаки того, як почувають себе оточуючі люди, які емоції супроводжують їх почуття і дії. **«Психологія емоційної сфери особистості»** є галуззю психологічної науки, яка спрямовує свою діяльність на вивчення і розуміння спектру переживань і почуттів особистості. Будь-яке переживання – це оцінка процесу задоволення певної потреби індивіда, а почуття – оцінка можливості конкретного об'єкту задовольнити потребу індивіда. Емоційні переживання включають у свою структуру прояв емоцій як короточасних переживань різної сили, які змінюють одне одного слідом за зміною ситуації, та емоційних станів як тривалих переживань, тобто ефекту від сильної емоційної реакції.

Опанування знаннями, покладеними в основу даного курсу, дає можливість оволодіти вміннями аналізувати та пояснювати причини прояву емоцій певної модальності, здійснювати діагностику та розробляти систему корекційних впливів, спрямованих на попередження та покращення емоційних станів, а також оволодіти системою регулятивних прийомів і технік з попередження розладів емоційної сфери особистості.

Мета курсу - поглиблення знань студентів – майбутніх практичних психологів з психології емоцій, формування вміння керувати своїми емоціями, визначати особливості емоційної сфери оточуючих людей та клієнтів. Вивчення дисципліни дає можливість студентам набути фахових компетенцій з професійно-орієнтованого циклу підготовки до майбутньої професії, розширення загального уявлення про емоції і почуття, класифікацію емоцій, визначення і види емоційних

процесів, емоційних станів, патологічні прояви емоцій, специфіку розладу емоцій та можливі шляхи їх корекції.

Передумовами для вивчення дисципліни є засвоєння дисциплін: «Історія психології», «Психофізіологія», «Загальна психологія», «Психологія особистості», «Диференціальна психологія», «Психодіагностика».

2. ОЧІКУВАНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ ПЛАНУЄТЬСЯ СФОРМУВАТИ ТА ДОСЯГНЕННЯ ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У процесі реалізації програми дисципліни «Психологія емоційної сфери особистості» формуються наступні компетентності із передбачених освітньою програмою:

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов.

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК3. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії.

Спеціальні (фахові) компетентності:

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології.

СК4. Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел.

СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.

СК11. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Навчальна дисципліна «Психологія емоційної сфери особистості» забезпечує досягнення програмних результатів навчання (ПРН), передбачених освітньою програмою:

ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань.

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проективні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Заплановані результати навчання за навчальною дисципліною

Знати:

- специфіку предмету та завдань курсу;
- характерні ознаки емоцій та їх види, стадії переживання психотравмуючих подій та їх особливості;
- класифікацію психічних розладів емоцій;
- основні методи виявлення розладів емоцій та їх корекції;

вміти:

- використовувати наступні методи дослідження емоцій та їх розладів:
 - метод кольорового вибору (М.Люшер);
 - тест руки (Б.Брайклін, З.Піотровський, Е.Вагнер);
 - метод дослідження фрустрації (С.Розенцвейг);
 - методика дослідження акцентуацій (К.Леонгард, Г.Шмішек методика діагностики показників

і форм агресії (А.Басс, А.Дарки);

- методика оцінки рівня ситуативної тривожності (Ч.Спілбергер, Л.Ханін);

- методика діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів (В.Бойко);

- здійснювати пошук інформації з різних джерел для вирішення професійних завдань, пов'язаних з використанням методів виявлення емоційних розладів.

володіти:

- психологічною термінологією, що стосується емоцій, почуттів, емоційних станів, афектів, емоційних розладів та емоційної регуляції особистості;
- теоретичними основами психодіагностики емоційної сфери особистості, зокрема методами оцінки фрустрації, агресії, тривожності, акцентуацій характеру, емоційних бар'єрів;
- навичками психопрофілактики емоційного виснаження, розробленням психогігієнічних заходів та застосуванням технік емоційного саморегулювання;

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1. Емоції як психологічний феномен.

Поняття емоцій у психології: визначення, ознаки, основні класифікації. Предмет, завдання і структура курсу «Психологія емоційної сфери особистості». Емоції як суб'єктивне переживання значущості ситуацій для індивіда. Психофізіологічна основа емоцій: роль центральної нервової системи та вегетативної регуляції. Функції емоцій у психічному житті особистості. Види емоцій: афекти, настрої, стани, почуття. Теоретичні підходи до вивчення емоцій у психології: еволюційний, когнітивний, мотиваційний, психоаналітичний, гуманістичний. Роль емоцій у регуляції діяльності та міжособистісної взаємодії. Емоції як елемент емоційного інтелекту.

Тема 2. Основні характеристики базових емоцій.

Поняття базових емоцій: підходи до визначення та критерії виділення. Біологічна основа базових емоцій. Умовно-рефлекторні активатори емоцій. Основні функції базових емоцій: сигнальна, мотиваційна, адаптаційна. Змістовна характеристика базових емоцій: страх, гнів, радість, сум, відраза, здивування. Експресивні прояви базових емоцій. Роль базових емоцій у формуванні емоційного досвіду особистості. Культурні та індивідуальні відмінності в прояві базових емоцій.

Тема 3. Загальна характеристика емоційних розладів.

Поняття емоційного розладу: критерії, підходи до класифікації. Основні типи емоційних розладів: депресія, тривожність, ейфорія, апатія, дисфорія, фобії, амбівалентність, паратимія. Причини виникнення емоційних розладів: біологічні, психологічні та соціальні чинники. Фрустрація як основа емоційного розладу: ознаки, механізми, наслідки. Посттравматичні стресові розлади як окрема група емоційних порушень. Вікові особливості емоційних розладів: прояви у дітей, підлітків, дорослих і літніх осіб. Акцентуації характеру як передумова до формування емоційних розладів. Наслідки тривалого емоційного неблагополуччя для психіки особистості. Психологічна допомога при емоційних розладах.

Тема 4. Процес психологічного дослідження емоційної сфери.

Структура і послідовність проведення психологічного дослідження емоційної сфери особистості. Основні завдання дослідження емоційного стану індивіда. Вимоги до вибору психодіагностичних методик для вивчення емоцій. Принципи валідності, надійності та етичності в дослідженні емоційної сфери. Підготовка, організація і проведення дослідження: ознайомлення з досліджуванним, пояснення інструкцій, фіксація результатів. Форми взаємодії психолога і досліджуваного під час вивчення емоційних станів. Основні правила етичного супроводу в процесі

психодіагностики емоцій. Аналіз, інтерпретація та узагальнення отриманих результатів. Формування висновків та рекомендацій за підсумками діагностичного процесу.

Тема 5. Засвоєння методики діагностики фрустрації, тесту «Рука».

Фрустрація як психічний стан: поняття, причини виникнення, психологічні наслідки. Теоретичні основи методики діагностики фрустрації С. Розенцвейга: типи реакцій (екстрапунітивні, інтрапунітивні, імпульсивні), типологія ситуацій (перешкода, утрата, конфлікт), інтерпретація індексів. Стимульний матеріал та інструкція до проведення методики. Основні правила аналізу та інтерпретації результатів. Поняття спрямованості реакцій та розрахунок показників. Психологічні засади тесту «Рука» Б. Брикліна, З. Піотровського, Е. Вагнера: проективний характер методики, структура та зміст стимульного матеріалу. Етапи проведення дослідження. Категорії інтерпретації відповідей. Індексація реакцій досліджуваного: показники конфлікту, агресії, залежності, уникнення. Оцінка домінуючих тенденцій емоційного реагування. Формулювання діагностичних висновків на основі тестових результатів.

Тема 6. Засвоєння методики кольорового вибору.

Теоретичні основи методики кольорового вибору: загальні принципи психосемантики кольору. Концепція М. Люшера: психологічне значення кольорів, порядок вибору як діагностичний критерій. Варіанти проведення тесту: повна та скорочена форми. Стимульний матеріал: набір кольорових карток, вимоги до умов тестування. Методика проведення дослідження: інструкція, фіксація вибору кольорів, послідовність дій дослідника. Основні правила інтерпретації результатів: перша та остання позиція, конфліктні та компенсаторні кольори, колірна формула емоційного стану. Характеристика основних психофізіологічних і особистісних параметрів, які можна діагностувати за допомогою методики (внутрішній стан, рівень тривоги, наявність емоційних порушень, адаптаційні резерви). Можливості застосування тесту Люшера в практиці психолога: переваги, обмеження, валідність і надійність методики. Сучасні дослідження з використанням кольорового тесту в клінічній, освітній і організаційній психології.

Тема 7. Засвоєння методик діагностики агресії, тривожності, акцентуацій характеру.

Теоретичні основи вивчення індивідуально-психологічних особливостей особистості у контексті емоційної сфери. Психологічне значення агресії, тривожності та акцентуацій як проявів порушення емоційної регуляції. Підходи до дослідження тривожності: ситуативна і особистісна тривожність. Агресія як багатовимірне явище: вербальна, фізична, пряма, непряма. Акцентуації характеру як форма норми, межа з патологією. Методики вивчення тривожності: Шкала тривожності Ч. Спілбергера-Л. Ханіна. Методика діагностики агресивності Басса–Даркі: структура, шкали, інтерпретація. Методики діагностики акцентуацій характеру (К. Леонгард, Г. Шмішек): типи акцентуацій, особливості прояву у поведінці та емоційному реагуванні. Методика діагностики типів емоційного реагування В. Бойка як засіб визначення емоційних бар'єрів у міжособистісній взаємодії. Процедура проведення дослідження: інструкції, обробка результатів, критерії оцінки. Інтерпретація кількісних і якісних показників дослідження. Практичне значення результатів для побудови психокорекційних програм, психологічного консультування, профілактики емоційних розладів. Можливості використання у професійній діяльності практичного психолога.

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				Заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		лекц.	прак	сам. роб.		лекц.	прак	сам. роб.
Тема 1. Емоції як психологічний феномен	16	2	4	10	16	1	-	15
Тема 2. Основні характеристики базових емоцій	16	2	4	10	16	-	1	15
Тема 3. Загальна характеристика емоційних розладів	17	2	4	11	17	1	1	15
Тема 4. Процес психологічного дослідження емоційної сфери	17	2	4	11	17	1	1	15
Тема 5. Засвоєння методики діагностики фрустрації, тесту «Рука»	18	2	4	12	18	1	1	16
Тема 6. Засвоєння методики кольорового вибору	18	2	4	12	18	1	1	16
Тема 7. Засвоєння методик діагностики агресії, тривожності, акцентуацій характеру.	18	2	4	12	18	1	1	16
Усього годин	120	14	28	78	120	6	6	108
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ - ЗАЛІК								

5. ПИТАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Тема 1. Емоції як психологічний феномен 1. Поняття емоцій та їх місце в структурі психіки. 2. Основні функції емоцій у житті людини. 3. Відмінність між емоціями, почуттями, емоційними станами та афектами. 4. Фізіологічні та психологічні основи виникнення емоцій. 5. Класифікації емоцій: за модальністю, за валентністю, за силою і тривалістю. 6. Роль емоцій у регуляції поведінки та діяльності особистості. 7. Еволюційні та культурно-історичні аспекти розвитку емоцій.	4	-
2	Тема 2. Основні характеристики базових емоцій 1. Поняття базових емоцій: теоретичне підґрунтя та підходи до класифікації. 2. Моделі базових емоцій: підходи П. Екмана, Р. Плутчика, К. Ізард та інших. 3. Фізіологічні маркери базових емоцій (міміка, жести, вегетативні реакції). 4. Змістова характеристика основних базових емоцій: страх, гнів, радість, смуток, подив, відраза. 5. Нейрофізіологічні механізми формування емоцій (роль мозкових структур – мигдалина, гіпокамп, кора головного мозку). 6. Культурні й індивідуальні особливості прояву базових емоцій. 7. Умовно-рефлекторні активатори емоцій та вплив лівої і правої півкулі мозку на емоційні реакції.	4	1

3	Тема 3. Загальна характеристика емоційних розладів 1. Поняття емоційних розладів у психології та психіатрії. 2. Класифікація емоційних порушень: депресія, манія, апатія, тривожні стани, фобії, дисфорія, паратимія, амбівалентність. 3. Фрустрація як джерело емоційних порушень: поняття, ознаки, причини виникнення. 4. Акцентуації характеру та їх зв'язок з емоційними порушеннями. 5. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): симптоми, фази розвитку, емоційні прояви. 6. Вікові особливості емоційних розладів: прояви у дітей, підлітків, дорослих і літніх людей. 7. Соціальні, біологічні та психологічні чинники ризику розвитку емоційних розладів.	4	1
4	Тема 4. Процес психологічного дослідження емоційної сфери 1. Мета та завдання психологічного дослідження емоційної сфери особистості. 2. Основні етапи психологічного дослідження емоцій: діагностичний, аналітичний, корекційно-прогностичний. 3. Методологічні принципи дослідження емоцій: валідність, надійність, етичність. 4. Форми взаємодії між психологом і досліджуваним у процесі оцінки емоційної сфери. 5. Особливості збору первинної інформації, інтерпретації результатів та формування висновків. 6. Етичні вимоги до проведення психологічного дослідження емоційної сфери. 7. Проблеми та труднощі, що виникають у процесі дослідження емоційної сфери в різних вікових і соціальних групах.	4	1
5	Тема 5. Засвоєння методики діагностики фрустрації, тесту «Рука» 1. Психологічне поняття фрустрації: природа, механізми виникнення, емоційні та поведінкові реакції. 2. Теоретичні засади методики С. Розенцвейга: класифікація фрустраційних реакцій, індекси спрямованості відповідей. 3. Поняття про фрустраційні стимули та способи їх подання у процесі дослідження. 4. Етапи застосування методики С. Розенцвейга: інструктаж, проведення, аналіз та інтерпретація результатів. 5. Проективний тест «Рука»: автори методики (Б.Бриклін, З.Піотровський, С.Вагнер), цілі та сфери застосування. 6. Структура методики «Рука»: стимульний матеріал, система індексації відповідей, ключові показники. 7. Методичні рекомендації до використання тесту «Рука» у психологічній практиці. 8. Інтерпретація отриманих результатів у контексті оцінки емоційної сфери особистості.	4	1
6	Тема 6. Засвоєння методики кольорового вибору 1. Теоретичні засади методики кольорового вибору М. Люшера: психологічні основи та концепція впливу кольору на психоемоційний стан.	4	1

	2. Поняття кольорової переваги як проєкції актуального стану особистості. 3. Класифікація кольорів у методиці Люшера: основні та додаткові кольори, їхнє психологічне значення. 4. Стимульний матеріал та процедури пред'явлення в класичному та скороченому варіантах методики. 5. Алгоритм проведення дослідження: інструктаж, порядок вибору кольорів, правила повторного пред'явлення. 6. Методи аналізу результатів: первинна та вторинна оцінка, побудова психологічного профілю. 7. Інтерпретація отриманих даних з урахуванням особливостей емоційної сфери досліджуваного. 8. Сучасні можливості та обмеження використання методики М. Люшера у практичній психології.		
7	Тема 7. Засвоєння методик діагностики агресії, тривожності, акцентуацій характеру 1. Теоретичні основи вивчення агресії, тривожності та акцентуацій характеру в психології. 2. Методика діагностики акцентуацій характеру К. Леонгарда, Г. Шмішека: структура, шкали, особливості інтерпретації. 3. Методика діагностики агресивної поведінки (А. Басс, А. Даркі): види агресії, основні індекси, способи оцінювання. 4. Методика визначення рівня тривожності Ч. Спілбергера, Л. Ханіна: диференціація між особистісною та ситуативною тривожністю. 5. Методика «Перешкоди у встановленні емоційних контактів» В. Бойка: зміст та практичне застосування у виявленні емоційної дезадаптації. 6. Алгоритми проведення психодіагностики з використанням зазначених методик: підготовка, інструктаж, тестування, аналіз. 7. Особливості інтерпретації результатів у контексті емоційної сфери особистості. 8. Практичне значення дослідження агресії, тривожності та акцентуацій характеру для формування індивідуальної стратегії психологічної допомоги.	4	1
	Всього	28	6

6. САМОСТІЙНА РОБОТА

Самостійна робота здобувачів вищої освіти щодо вивчення дисципліни «**Психологія емоційної сфери**» передбачає:

1. Знайомство з науковою та навчальною літературою відповідно зазначених у програмі тем.
2. Опрацювання лекційного матеріалу.
3. Підготовка до практичних занять.
4. Консультації з викладачем протягом семестру.
5. Самостійне опрацювання окремих питань навчальної дисципліни.
6. Підготовка та виконання індивідуальних завдань у вигляді есе, рефератів тощо.
7. Підготовка до підсумкового контролю.

ТЕМАТИКА ТА ПИТАННЯ ДО САМОСТІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЗАВДАНЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Тема 1. Емоції як психологічний феномен. <i>Підготувати доповіді за темами:</i> 1) Загальна характеристика емоцій. 2) Функції емоцій. 3) Характеристика емоцій. 4) Участь емоцій у регуляції діяльності. <i>Виконати практичне завдання:</i> 5) Скласти короткий словник термінів до проблеми «Психологія емоційної сфери особистості» 6) Підготувати презентацію характеристики емоційної сфери особистості і визначення основних видів емоцій. 7) Навести аргументи багатозначності емоцій в житті людини.	10	15
2	Тема 2. Основні характеристики базових емоцій. <i>Підготувати доповіді за темами:</i> 1) Емоції як переживання біологічних процесів; 2) Умовно-рефлекторні активатори емоцій; функції півкуль головного мозку і емоцій. 3) Змістовна характеристика базових емоцій <i>Виконати практичне завдання:</i> 4) Підготувати презентацію, що наочно демонструє умовно-рефлекторну дію емоцій. 5) Знайти відповідь на питання, яким чином діє механізм асиметрії мозку.	10	15
3	Тема 3. Загальна характеристика емоційних розладів. <i>Підготувати доповіді за темами:</i> 1) Визначення емоціональних розладів (депресія, манія, ейфорія, дисфорія, апатія, паратимія, страхи, тривога, неспокій, амбівалентність) 2) Фрустрація та її ознаки. 3) Посттравматичні стресові розлади. 4) Акцентуації. 5) Емоційні розлади і вік. <i>Виконати практичне завдання:</i> 6) Визначити основні ознаки емоційних розладів та виписати їх із поясненням словник. 7) Підготувати презентацію надання ознак емоційних розладів. 8) Визначити співвідношення між різними видами емоційних розладів.	11	15
4	Тема 4. Процес психологічного дослідження емоційної сфери. <i>Підготувати доповіді за темами:</i> 1) Основні вимоги до структури та змісту дослідження. 2) Етичні вимоги. 3) Форми взаємодії психолога та досліджуваного. <i>Виконати практичне завдання:</i> 4) Підготувати алгоритм і пояснення до проведення психологічного дослідження емоційних розладів. 5) Визначити основні етичні вимоги до проведення дослідження. 6) Розкрити форми взаємодії психолога та досліджуваного.	11	15

5	Тема 5. Засвоєння методики діагностики фрустрації, тесту «Рука». <i>Використання практичних завдань:</i> 1) Основні положення теорії фрустрації С. Розенцвейга. 2) Стимульний матеріал методики. 3) Оцінка отриманих даних. 4) Спрямованість реакцій. Їх типи і індекси. 5) Загальний показник і якісна характеристика результатів. 6) Теоретичні засади методики «Руки» Б.Брикліна, З.Піотровського, С.Вагнера. 7) Характеристика стимульного матеріалу методик. 8) Система індексації відповідей досліджуваних. 9) Процес дослідження та інтерпретація даних.	12	16
6	Тема 6. Засвоєння методики кольорового вибору. <i>Підготувати доповіді за темами:</i> 1) Теоретичні засади методики. 2) Варіанти тесту. 3) Стимульний матеріал. 4) Процес дослідження. 5) Аналіз та інтерпретація результатів. 6) Сучасні данні щодо використання методики М.Люшера. <i>Виконати практичне завдання:</i> 7) Опрацювати методику «Колірний тест» М.Люшера.	12	16
	Тема 7. Засвоєння методик діагностики агресії, тривожності, акцентуацій характеру. <i>Підготувати доповіді за темами:</i> 1) Теоретичні засади використання методик діагностики агресії, тривожності, акцентуацій характеру. 2) Процес діагностування. 3) Обробка отриманих результатів, кількісний та якісний аналіз даних. 4) Практика використання методики кольорового опосередкування в закордонних та вітчизняних дослідженнях. <i>Виконати практичне завдання:</i> 5) Опрацювати методики: - Діагностика акцентуацій характеру (К. Леонгард) - Діагностика акцентуацій характеру (Г. Шмішек); - Діагностика показників і форм агресії (А.Басс, А. Дарки); - Діагностика тривожності (Ч. Спилбергер); - Діагностика типів емоційної реакції на впливи стимулів оточуючого середовища (В. Бойко).	12	16
	Всього	78	108

7. ВИДИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Види контролю	Складові оцінювання	
	Для іспиту	Для заліку
поточний контроль , який здійснюється у ході проведення практичних (лабораторних) занять, виконання самостійної роботи, індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача тощо.	50%	100%
підсумковий контроль	50%	

Методи діагностики знань (контролю)	фронтальне опитування; наукова доповідь, есе, усне повідомлення, індивідуальне опитування; робота у групах; ділова гра, розв'язання ситуаційних завдань, кейсів, практичних завдань, залік, іспит
--	---

Питання до заліку

1. Поняття емоцій у психології: сутність, структура, особливості.
2. Основні підходи до визначення емоцій у вітчизняній та зарубіжній психології.
3. Відмінність між емоціями, почуттями та емоційними станами.
4. Функції емоцій у життєдіяльності людини.
5. Класифікація емоцій за різними критеріями.
6. Роль емоцій у регуляції поведінки особистості.
7. Види емоційних станів та їх вплив на діяльність людини.
8. Біологічні основи виникнення емоцій.
9. Еволюційна теорія емоцій Ч. Дарвіна.
10. Фізіологічні основи емоційної реакції.
11. Психофізіологічна модель емоцій (теорії Джеймса–Ланге, Кеннона–Барда).
12. Теорія когнітивної оцінки емоцій Р. Лазаруса.
13. Психоаналітична концепція емоційних переживань.
14. Біхевіористичні підходи до вивчення емоцій.
15. Гуманістичне бачення емоційної сфери особистості.
16. Когнітивні теорії емоцій: особливості та значення.
17. Основні характеристики базових емоцій.
18. Радість: психологічна характеристика, прояви, значення.
19. Гнів: механізми виникнення, функції, варіанти прояву.
20. Страх: психологічна природа, функції, адаптивне значення.
21. Сум як базова емоція: її вираження, психологічні наслідки.
22. Огида: специфіка переживання, нейропсихологічні механізми.
23. Подив як базова емоція: функції та роль у когнітивній сфері.
24. Базові емоції за П. Екманом: характеристика та діагностика.
25. Роль півкуль головного мозку у процесі переживання емоцій.
26. Зв'язок діяльності гіпоталамуса, лімбічної системи та емоцій.
27. Нейропсихологічна основа емоцій: роль амігдали та гіпокампа.
28. Когнітивні процеси в емоційній сфері: сприймання, мислення, пам'ять.
29. Емоційний інтелект: сутність, структура, функції.
30. Структура емоційного інтелекту за Д. Гоулманом.
31. Значення емоційного інтелекту для професійної діяльності психолога.
32. Поняття емоційної культури та її розвиток у процесі соціалізації.
33. Вплив виховання на формування емоційної сфери особистості.
34. Емоції в дитячому віці: динаміка розвитку.
35. Особливості емоційної сфери в підлітковому віці.
36. Емоційна нестабільність у юності: причини та прояви.
37. Емоційні переживання у період зрілості.
38. Емоції у похилому віці: динаміка, специфіка.
39. Емоційні стани: класифікація, ознаки, наслідки.
40. Напруження як емоційний стан: причини та подолання.
41. Тривога та страх: розмежування понять, причини.
42. Депресивні емоційні стани: форми, психосоціальні фактори.
43. Синдром емоційного вигорання: етапи, профілактика.
44. Поняття емоційних розладів у психології.

45. Фрустрація як емоційний розлад: структура, динаміка.
46. Посттравматичний емоційний розлад: симптоматика та корекція.
47. Апатія та анедонія: психологічна характеристика.
48. Поняття паратимії та її форми.
49. Ейфорія, дисфорія: характеристика та психогігієнічне значення.
50. Амбівалентність у сфері емоцій: психологічне трактування.
51. Емоційні прояви при невротичних розладах.
52. Вплив травматичного досвіду на емоційне функціонування особистості.
53. Емоційна регуляція: способи, стратегії, прийоми.
54. Конструктивні способи регуляції емоцій.
55. Деструктивні способи регуляції емоцій.
56. Саморегуляція емоцій: психологічні механізми.
57. Емоції як об'єкт психологічного дослідження.
58. Етапи психологічного дослідження емоційної сфери.
59. Принципи етичного поводження в психологічному дослідженні емоцій.
60. Форми взаємодії психолога і досліджуваного у процесі діагностики.
61. Методика діагностики фрустрації С. Розенцвейга.
62. Стимульний матеріал і процедура тесту фрустрації.
63. Оцінка та інтерпретація результатів методики фрустрації.
64. Методика «Тест Рука»: структура, призначення, інтерпретація.
65. Методика кольорового вибору М. Люшера: варіанти, стимульний матеріал.
66. Аналіз та інтерпретація результатів кольорового тесту.
67. Методика діагностики тривожності Ч. Спілбергера – Л. Ханіна.
68. Поняття ситуативної та особистісної тривожності.
69. Методика діагностики агресії А. Басса – А. Дарки.
70. Показники агресії та форми її прояву.
71. Методики діагностики акцентуацій характеру (К. Леонгард, Г. Шмішек).
72. Тест В. Бойка для діагностики порушень емоційного контакту.
73. Використання психодіагностичних методик у консультуванні.
74. Психопрофілактика емоційних порушень.
75. Психокорекція емоційних розладів: методи та підходи.
76. Психотерапевтичні підходи до подолання емоційних дисфункцій.
77. Значення арттерапії у роботі з емоціями.
78. Використання когнітивно-поведінкової терапії у роботі з емоціями.
79. Групова психологічна допомога при емоційних розладах.
80. Роль психолога у формуванні здорової емоційної сфери особистості.

8. ОЦІНЮВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ТА ФАХОВОЇ ПЕРДВИЩОЇ ОСВІТИ ЗА НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ У МІЖНАРОДНОМУ ГУМАНІТАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ
(поточний контроль, підсумковий контроль, загальний результат оцінювання)

ЕКЗАМЕН

Поточний контроль			
Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи на практичних (лабораторних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних (лабораторних) занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних (лабораторних) занять	30
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.2. Індивідуальне тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до робочої програми тарозкладу занять	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ¹ , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	10
Виконання індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача			
1.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	Відповідно до робочої програми тарозкладу занять	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять, наукових конференцій та круглих столів.	10
Разом балів за поточний контроль			50
Підсумковий контроль екзамен			50
Загальний результат оцінювання			100

Поточний контроль знань здобувачів освіти при формі контролю **іспит** (максимум 50 балів) оцінюється за шкалою («2», «3», «4», «5»), з обов'язковим переведенням балів за кожний вид роботи таким чином:

- за підготовку до аудиторних занять (максимум 30 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості практичних (лабораторних) занять, для переводу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 6;
- за виконання завдань для самостійного опрацювання (тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою) (максимум 10 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості програмного матеріалу, що виноситься на самостійне вивчення, для переводу зазначених балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 2;
- за інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовку наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо (максимум 10- балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості інших видів індивідуальних завдань, для переводу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 2.

¹ Індивідуально-консультативна робота викладача зі здобувачами

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ

- «2» - виставляється за неправильну відповідь (письмову роботу), яка не відповідає змісту теми та свідчить про нерозуміння її основних положень;
- «3» - виставляється за відповідь (письмову роботу), яка відповідає змісту теми, але є неповною і неточною у визначенні понять, свідчить про неповне розуміння основних положень навчального матеріалу, свідчить про те, що знання студента мають фрагментарний, поверховий характер;
- «4» - оцінюється правильна і обґрунтована відповідь (письмова робота), з якої видно, що студент знає й розуміє теоретичний матеріал в обсязі навчальної теми, володіє необхідними навичками, не допускає суттєвих помилок.
- «5» - оцінюється повна, правильна, ґрунтовна відповідь (письмова робота) на запитання теми, що передбачає логічність і послідовність викладу матеріалу, володіння термінологією, показує вміння повно й глибоко використовувати теоретичні знання в практичній площині.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ ЗА ІСПИТ (максимум 50 балів)

Рівень знань оцінюється:

- від 40 до 50 балів - студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки;
- від 30 до 40 балів - студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді;
- 20 - 30 балів - студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки.
- 10 - 20 балів - володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих;
- 0 - 10 балів - володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки.

ЗАЛІК

<i>Поточний контроль</i>			
Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи на практичних (лабораторних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних (лабораторних) занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних (лабораторних) занять	60
Виконання завдань для самостійного опрацювання			

1.2. Індивідуальне тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ² , перевірка конспектів навчальних текстів тощо	20
Виконання індивідуальних завдань, дослідна робота здобувача			
1.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять, наукових конференцій та круглих столів.	20
Разом балів за поточний контроль			100
Загальний результат оцінювання			100

Поточний контроль знань здобувачів освіти при формі контролю **залік** (максимум 100 балів) оцінюється за шкалою («2», «3», «4», «5»), з обов'язковим переведенням балів за кожний вид роботи таким чином:

- за підготовку до аудиторних занять (максимум 60 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості практичних (лабораторних) занять, для переведу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 12;
- за виконання завдань для самостійного опрацювання (тестування, завдання, підготовка реферату (есе) за заданою тематикою) (максимум 20 балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості програмного матеріалу, що виноситься на самостійне вивчення, для переведу зазначених балів середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4;
- за інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовку наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо (максимум 20- балів) здобувачу освіти необхідно мати не менше 1/2 оцінок від загальної кількості інших видів індивідуальних завдань, для переведу балів за підготовку до аудиторних занять середньоарифметична оцінка множиться на коефіцієнт 4.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ

- «2» - виставляється за неправильну відповідь (письмову роботу), яка не відповідає змісту теми та свідчить про нерозуміння її основних положень;
- «3» - виставляється за відповідь (письмову роботу), яка відповідає змісту теми, але є неповною і неточною у визначенні понять, свідчить про неповне розуміння основних положень навчального матеріалу, свідчить про те, що знання студента мають фрагментарний, поверховий характер;
- «4» - оцінюється правильна і обґрунтована відповідь (письмова робота), з якої видно, що студент знає й розуміє теоретичний матеріал в обсязі навчальної теми, володіє необхідними навичками, не допускає суттєвих помилок.
- «5» - оцінюється повна, правильна, ґрунтовна відповідь (письмова робота) на запитання теми, що передбачає логічність і послідовність викладу матеріалу, володіння термінологією, показує вміння повно й глибоко використовувати теоретичні знання в практичній площині.

9. КРИТЕРІЇ ЗАГАЛЬНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ (для іспиту / заліку)

Рівень знань оцінюється:

- «відмінно» / «зараховано» А - від 90 до 100 балів. Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, під час яких

² Індивідуально-консультативна робота викладача зі здобувачами

давав вичерпні, обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» В - від 82 до 89 балів. Студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» С - від 74 до 81 балів. Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, реферату та активність у науково-дослідній роботі;

- «задовільно» / «зараховано» D - від 64 до 73 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, рефератів (есе);

- «задовільно» / «зараховано» E - від 60 до 63 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки, має неповний конспект з завданнями до самостійної роботи.

- «незадовільно з можливістю повторного складання» / «не зараховано» FX – від 35 до 59 балів. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.

- «незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» / «не зараховано» F – від 0 до 34 балів. Студент не володіє навчальним матеріалом.

ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ ЗАГАЛЬНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ

100- бальною шкалою	Шкала за ECTS	За національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C		
64-73	D	Задовільно	
60-63	E		
35-59	Fx	Незадовільно	Не зараховано
1-34	F		

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Бек А., Девіз Д., Фріман А. Когнітивна психотерапія розладів особистості. Київ: «Діалектика», 2024. 500с.
2. Гоулман Д. Емоційний інтелект: пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Харків: Віват, 2020. 512 с.
3. Зарицька В. Психологія емоційного інтелекту. Київ: Видавництво «Oldi+», 2022. 428с.
4. Лазуренко О.О. Психологія емоцій. Київ: Видавництво «Книга – плюс», 2018. 264 с.
5. Морісс Т. Майстер емоцій. Як подолати внутрішній негатив і навчитися керувати своїми почуттями. Київ : Видавництво «Monolith Bizz», 2024. 272 с.

6. Ферд-Годбіхер Р. Історія емоцій. Походження людини (розумної) емоційної. Київ: Видавництво «Лабораторія», 2023. 296 с.

Допоміжна

1. Бек Дж.С. Когнітивно-поведінкова терапія. Основи та практика. Київ: Видавництво «Діалектика». 2023. 460 с.
2. Максименко Ю.Б. Психосемантика кольору в психологічній діагностиці. Одеса: ЮНПУ, 2014. 110 с.
3. Павлюк М.М., Шепельова М.В. Сучасні психологічні технології надання психологічної допомоги сім'ям постраждалих у подоланні складних життєвих обставин: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. 124 с.
4. Пророк Н. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1. Київ. 2018. 208 с.
5. Сергієнко О. Якщо ви надмірно переживаєте за все. Львів: Видавництво «Свічадо», 2018. 100 с.
6. Станчишин В. Стіни в моїй голові. Жити з тривожністю і депресією. Київ: Віхола, 2020. 176 с.
7. Царенко Л., Вебер Т., Войтович М., Гриценко Л., Кочубей В., Гридковець Л. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
8. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
9. Штифурак В.С. Психологічна допомога: види, підходи та напрями. Навчальний посібник. Вінниця, 2019. 338 с.
10. Ялом І. Дар психотерапії. Відкритий лист до нового покоління терапевтів та їхніх пацієнтів. Київ: Видавництво Ростислава Бурлаки. 2024. 384 с.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека Міжнародного гуманітарного університету: офіційний сайт. URL: https://mgu.edu.ua/science_library
2. Бібліотека Університету Ушинського: офіційний сайт. URL: <https://library.pdpu.edu.ua>
3. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт. URL: <http://www.mon.gov.ua>
4. Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського: офіційний сайт. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
5. Одеська національна наукова бібліотека: офіційний сайт. URL: <http://odnb.odessa.ua/>