

Затверджено Вченою Радою  
ОНУ імені І.І. Мечникова  
від "20" грудня 2016 р. № 4

**ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені І.І.МЕЧНИКОВА**

(повна назва вищого навчального закладу)

Факультет/інститут Психології та соціальної роботи

Кафедра загальної психології та психології розвитку особистості



"ЗАТВЕРДЖУЮ"

Проректор з науково-педагогічної роботи

*В.М. Хмарський*  
Хмарський В.М.

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2020 р.

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### ФОРМУВАННЯ АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ІННОВАЦІЙ У ЗВО

(повна назва навчальної дисципліни)

Рівень вищої освіти третій (доктор філософії)

Спеціальність 053 «ПСИХОЛОГІЯ»

(код і назва спеціальності (СНД))

Інститут/факультет Факультет психології та соціальної роботи

(назва інституту, факультету)

2020 – 2021

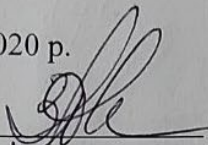
Робоча програма складена на основі навчальної програми з дисципліни «Формування адаптаційного потенціалу особистості в умовах сучасних інновацій у ЗВО».

Розробник: **Литвиненко О.Д.**, д. психол. наук, професор  
(вказати прізвища, наукові ступені, вчені звання та посади розробників)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри загальної психології і психології розвитку особистості

Протокол № 1 від "1" вересня 2020 р.

Завідувач кафедри

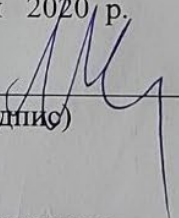
  
(підпис)

(Кіреєва З.О.)  
(прізвище та ініціали)

Схвалено навчально-методичною комісією (НМК) факультету психології та соціальної роботи

Протокол №1 від. "2" вересня 2020 р.

Голова НМК

  
(підпис)

(Кременчуцька М. К.)  
(прізвище та ініціали)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри

Протокол № \_\_ від. " \_\_ " \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_  
(підпис)

(\_\_\_\_\_)  
(прізвище та ініціали)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри

Протокол № \_\_ від. " \_\_ " \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_  
(підпис)

(\_\_\_\_\_)  
(прізвище та ініціали)



## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета.** Цілеспрямована робота з корекції та розкриття адаптаційного потенціалу особистості є вкрай необхідною та корисною в сучасних умовах становлення особистості. Поширення новітніх технологій дистанційних можливостей взаємодії та спілкування, звуження сфер трудової діяльності та спектру майбутніх «успішних» професій має негативні наслідки для молоді у розкритті власних здібностей до самореалізації та вдосконалення, розбудови власного кола соціальних контактів та емоційно наповнених відносин.

**Мета курсу** полягає у допомозі майбутнім фахівцям в подоланні труднощів переходу до професійного та самостійного життя, освоєння у нових колективах у закладах вищої освіти та особистісних перепонів на шляху до успішного розвитку та взаємодії.

Адаптаційний потенціал особистості як інтегральна характеристика, що включає стійку сукупність індивідуально-психологічних і особистісних властивостей, обумовлює ефективну взаємодію особистості із світом, відіграє дуже важливу роль в психічному і соціальному розвитку індивіда та у ряді випадків потребує підтримувальної та коректувальної роботи.

### Завдання

1. Оволодіти теоретичними та практичними знаннями про адаптацію до нових ситуацій життя та професійної діяльності в умовах інновацій у закладах вищої освіти;

2. Вміння адаптуватися в умовах, що змінюються в процесі життєдіяльності;

3. Вміння застосовувати отримані знання для вдосконалення та розвинення власного адаптаційного потенціалу, для перетворення власної особистості в інтересах особистісного розвитку;

4. Здатність і готовність диференціювати ситуації застосування механізмів адаптації особистості; готовність застосовувати продуктивні способи взаємодії в різних ситуаціях професійного та особистого життя;

5. Здатність аналізувати власні психічні стани; здатність і готовність володіти техніками стресостійкості;

6. Готовність застосовувати методи саморегуляції у професійній діяльності та повсякденному житті.

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів наступних **компетентностей**:

**ІК.** Здатність розв'язувати комплексні проблеми в галузі психології, в тому числі професійної та/або дослідницько-інноваційної діяльності, що передбачає глибоке переосмислення наявних та створення нових цілісних психологічних знань та/або професійної практики;

**ЗК 1.** Здатність виділяти, ставити та вирішувати науково-дослідницькі проблеми;

СК 1. Здатність виокремлювати, систематизувати, розв'язувати та прогнозувати актуальні психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження;

СК 2. Здатність критично оцінювати результати науково-дослідної роботи, визначати перспективи подальших наукових розвідок із дотриманням належної академічної та професійної добросовісності;

СК 4. Здатність до самоменеджменту, планування і розв'язування задач власного професійного і особистісного зростання, відповідальність за навчання інших при проведенні науково-педагогічної діяльності;

СК 7. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

#### **Очікувані результати навчання.**

ПРН 1. Володіння концептуальними та методологічними знаннями в галузі психології, бути здатним застосовувати їх до професійної діяльності на межі предметних галузей;

ПРН 7. Використовувати сучасні методи пізнання, аналізувати сучасну наукову картину світу, відрізнити наукове знання від поза наукового, визначати фактори, що впливають на розвиток науки;

ПРН 10. Уміти створювати та впроваджувати інноваційно-дослідницькі проекти у різних сферах суспільного життя;

ПРН 13. Виокремлювати, систематизувати, розв'язувати, критично осмислювати та прогнозувати значущі психологічні проблеми, чинники та тенденції функціонування й розвитку особистості, груп і організацій на різних рівнях психологічного дослідження.

### **3. Зміст навчальної дисципліни**

#### **Змістовий модуль 1**

##### **Концепція адаптаційного потенціалу сучасної молоді.**

###### **Тема 1. Наукові напрями досліджень адаптаційного потенціалу молоді.**

Теоретичне та емпіричне значення проблеми потенціалу особистості. Психологічний потенціал як рівень сформованості психічних властивостей і якостей особистості, які представляють в сукупності резерв підвищення ефективності діяльності, подальшого розвитку і творчого прояву. Самоактуалізаційний потенціал як природний та нескінченний процес повного особистісного розгортання в умовах сучасного соціуму усього кращого в людині, який розвиває усе, що закладене в ній як у родовій істоті. Інноваційний потенціал як сукупність властивостей і якостей особистості, спрямованих на створювання, сприймання, реалізацію нововведень та здатність вчасно відмовлятися від застарілих недоцільних способів діяльності або соціальної активності. Творчий потенціал відображає міру можливостей особистості у творчому самовдосконаленні та самореалізації; певний рівень розвитку реальних вмінь та навичок. Морально-етичний потенціал як результат природного поєднання наукових категорій «потенціал» та «моральність».

###### **Тема 2 Основні положення концепції адаптаційного потенціалу молоді.**

Концептуалізація адаптаційного потенціалу молоді в умовах сучасного соціуму в закладах вищої освіти – позначення сукупності його можливих структурних компонентів на теоретичному рівні (в тому числі забезпечення внутрішньої зв'язності використовуваних конструктів), виділення предметних полів роботи в дослідницькому режимі, а також розробка уявлення про рівневу організацію адаптаційного потенціалу молоді.

Концептуальна схема адаптаційного потенціалу молоді в умовах сучасного соціуму має багаторівневий характер, всередині неї складається складна мережа взаємин окремих концептів (складових адаптаційного потенціалу – окремих адаптивностей). Преадаптаційний потенціал молоді у закладах вищої освіти як потенціал її психологічної готовності до змін, до зустрічі із невизначеними ситуаціями.

Адаптаційний потенціал особистості як здатність та готовність суб'єкта найбільш оптимально використати власні індивідуальні ресурси для конструктивного пристосування до ситуацій невизначеності є складною ієрархічно-паритетною системою адаптивностей: внутрішньо-особистісної, міжособистісної адаптивності, відсутності дезадаптаційних порушень, особистісного соціально-психологічного потенціалу та компетентісної адаптивності.

## **Змістовий модуль 2**

### **Соціально-психологічна програми розвитку адаптаційного потенціалу молоді у закладах вищої освіти.**

#### **Тема 3 Соціально-психологічна програми розвитку адаптаційного потенціалу в умовах інновацій у закладах вищої освіти.**

Соціально-психологічна програма як тренування, в результаті якого відбувається формування і відпрацювання умінь і навичок ефективної адаптаційної поведінки, в рамках якого реалізується формат активного навчання, метою якого є підтримка адаптаційних можливостей особистості. В ході реалізації соціально-психологічної програми передбачається створення умов для саморозкриття учасників і самостійного пошуку ними способів рішення щодо вдосконалення власної адаптаційної поведінки.

Соціально-психологічна програма як досвід інтенсивної взаємодії, орієнтований на розвинення адаптаційних здібностей, самовдосконалення, формування навичок саморозвитку особистості в цілому, отриманні емоційного досвіду. Поступове формування кейсів адаптаційної поведінки сприяє розвиненню системи цінностей, пов'язаних з особистим здоров'ям та власними цілями, освоєння необхідних знань про психологічні процеси процесу адаптації та їх взаємозв'язку зі здоров'ям, формування умінь і навичок успішного опанування у незнайомих та непередбачуваних обставин, що буде сприяти збереженню життєздатності, душевного комфорту, активності, самодостатності та гармонійності у незвичних умовах. Робота в групі дозволяє аналізувати соціально-психологічні ситуації зі своєї точки зору і позиції партнера, формувати у себе навички і вміння в побудові продуктивних соціальних міжособистісних відносин так необхідних йому для успішної адаптації в новому колективі або ситуації.

#### **Тема 4 Різні види психокорекційних, тренінгових та психотерапевтичних заходів по формуванню адаптаційних та преадаптаційних здібностей в умовах інновацій у закладах вищої освіти.**

Студенти у закладах вищої освіти повинні володіти наступними адаптаційними компетенціями: готовність застосовувати практичні знання в адаптації до нових ситуацій життя та професійної діяльності; вміння адаптуватися в умовах, що змінюються в процесі життєдіяльності; вміння застосовувати отримані знання для вдосконалення та розвинення власного адаптаційного потенціалу, для перетворення власної особистості в інтересах особистісного розвитку; здатність і готовність диференціювати ситуації застосування механізмів адаптації особистості; готовність застосовувати продуктивні способи взаємодії в різних ситуаціях професійного та особистого життя; здатність аналізувати власні психічні стани; здатність і готовність володіти техніками стресостійкості;

готовність застосовувати методи саморегуляції у професійній діяльності та повсякденному житті.

Використання компетентісного підходу, який припускає, що розвиток соціально-перцептивної компетентності та активної соціально-психологічної позиції особистості, та набуття нею узагальнених діагностичних знань та навичок відіграють важливу роль у формуванні шляхів вдосконалення адаптаційних здібностей.

Групова та індивідуальна психотерапія та психокорекція студентів вишів. Тренінги процесу та відповідного результату засвоєння та застосування адаптаційних здібностей, що відтворюються через призму індивідуально-особистісних конструктів та індивідуальне прагнення до розвитку.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви тем	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	Усього	у тому числі				Усього	у тому числі			
		л	п/с	лаб	ср		л	п/с	лаб	ср
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>Змістовий модуль 1.</b>										
Тема 1. Наукові напрями досліджень адаптаційного потенціалу молоді.	20	4	4		12					
Тема 2. Основні положення концепції адаптаційного потенціалу молоді.	25	4	4		17					
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	45	8	8		29					
<b>Змістовий модуль 2.</b>										
Тема 3. Соціально-психологічна програми розвитку адаптаційного потенціалу в умовах	25	4	4		17					



інновацій у ВНЗ.									
Тема 4 Різні види психокорекційних, тренінгових та психотерапевтичних заходів по формуванню адаптаційних та преадаптаційних здібностей в умовах інновацій у закладах вищої освіти.	20	4	2		14				
<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	45	8	6		31				
<b>Усього годин</b>	90	16	14		60				

### 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
...		

### 6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Психологічний потенціал як рівень сформованості психічних властивостей і якостей особистості. Самоактуалізаційний потенціал. Інноваційний потенціал. Творчий потенціал. Морально-етичний потенціал.	4
2	Концептуалізація адаптаційного потенціалу молоді в умовах сучасного соціуму в закладах вищої освіти. Концептуальна схема адаптаційного потенціалу молоді.	4
3	Соціально-психологічна програма як тренування та досвід інтенсивної взаємодії, орієнтований на розвинення адаптаційних здібностей.	4

4	Групова та індивідуальна психотерапія та психокорекція студентів вишів. Тренінги процесу.	2
---	---	---

### 7. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
...		

### 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми/ види завдань	Кількість годин
1	Теоретичне та емпіричне значення проблеми потенціалу особистості	6
2	Концептуалізація адаптаційного потенціалу молоді в умовах сучасного соціуму в закладах вищої освіти	8
3	Концептуальна схема адаптаційного потенціалу молоді	6
4	Преадаптаційний потенціал молоді у закладах вищої освіти	6
5	Соціально-психологічна програма розвитку адаптаційного потенціалу особистості	8
6	Робота в групі. Групова терапія та тренінги по формуванню адаптаційних та преадаптаційних можливостей у молоді.	6
7	Формування кейсів адаптаційної поведінки	6
8	Використання компетентісного підходу	6
9	Індивідуальна психотерапія та психокорекція	8
	Разом	60

### 9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

### 10. Методи навчання

Навчальна стратегія ґрунтується на евристичному та діяльнісному підходах і спрямована на формування нових знань і їх практичним застосування. Передбачено проведення лекційних занять, дискусій, самостійне вивчення літератури, інших джерел.

### 11. Методи контролю-залик

Використовується два види контролю: поточний і тематичний. При поточному контролі фіксуються результати виконання самостійних завдань 60%. При тематичному контролі оцінюється результати письмового тесту проводиться на останньому занятті - 40%.

## 12. Питання для підсумкового контролю

1. Психологічний потенціал.
2. Самоактуалізаційний потенціал
3. Морально-етичний потенціал.
4. Творчий потенціал.
5. Фізичний потенціал.
6. Соціально-психологічний потенціал.
7. Преадаптаційний потенціал.
8. Особистісний потенціал.
9. Інноваційний потенціал
10. Вольовий потенціал.
11. Емоційний потенціал.
12. Адаптаційний потенціал.
13. Формування кейсів адаптаційної поведінки
14. Використання компетентісного підходу
15. Індивідуальна психотерапія та психокорекція
16. Групова терапія у формуванні адаптаційного потенціалу..
17. Тренінги по формуванню адаптаційних та преадаптаційних можливостей у молоді.
18. Соціально-психологічна програма розвитку адаптаційного потенціалу особистості.
19. Концептуальна схема адаптаційного потенціалу молоді..
20. Преадаптаційний потенціал молоді у закладах вищої освіти.

## 13. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточний контроль				Підсумковий контроль	Сума балів
Змістовий модуль №1		Змістовий модуль №2			
T1	T2	T3	T4	40	100
15	15	15	15		

T1, T2 ... T9 – теми змістових модулів

## Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі	Оцінка	Оцінка за національною шкалою
-------------------	--------	-------------------------------

види навчальної діяльності	ECTS	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
85-89	<b>B</b>	добре	
75-84	<b>C</b>		
70-74	<b>D</b>	задовільно	
60-69	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

#### 14. Методичне забезпечення

Литвиненко О. Д. Формування адаптаційного потенціалу особистості в умовах сучасних інновацій у закладах вищої освіти : метод. рек. до курсу : для асп. освітньо-наук. прогр. підготов. рівня «доктор філософії» спец. 053 «Психологія» / О. Д. Литвиненко ; Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, ф-т психології та соц. роботи. — О. : ОНУ, 2020. — 20 с.

#### 15. Рекомендована література

##### Основна

1. Асмолов А.Г. Преадаптация к неопределенности как стратегия навигации развивающихся систем: маршруты эволюции /А.Г. Асмолов, Е.Д.Шехтер, А.М.Черноризов // Вопросы психологии.—№ 4.— 2017. — С. 3-26.
2. Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа /А.М. Богомолов// Психологическая наука и образование. — №1. — 2008. — С. 67-73.
3. Завацька Н.Є. Особливості опанувальної поведінки молоді та її здатність до антиципації в посттравматичній ситуації / Н.Є. Завацька, В.Ю. Завацький, Л.В. Спицька //Наука і освіта.— Вип.7.— 2017. — С.146-142
4. Литвиненко О.Д. Соціально-психологічні основи розвитку адаптаційного потенціалу сучасної молоді: монографія / О.Д. Литвиненко.— Северодонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. — 302 с.
5. Литвиненко О.Д. Соціально-психологічна програма розвитку адаптаційного потенціалу сучасної молоді та її ефективність / О.Д. Литвиненко// Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. — Северодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. —№ 3 (47).—Т. 3. — С. 127-134.

6. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А.Г. Маклаков // Психологический журнал. – Т. 22, №1. – 2001. – С.16-24.

### Додаткова

1. Посохова С.Т. Психология адаптирующейся личности: монография /С.Т. Посохова. –СПб.: Изд-во РГПУ им. Герцена, 2001.– 240 с.

2. Практикум по психологии здоровья / Под ред. Г.С.Никифорова. – СПб.: Питер, 2005. – 351 с.

3. Завацька Н.Є. Адаптивна копінг-поведінка студентської молоді в освітніх закладах різного типу / Н.Є. Завацька, В.Ю. Завацький // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – № 3 (47). – Т. 1. – С. 160-170.

### 16. Електронні інформаційні ресурси

Бібліотеки, інтернет, електронні книги.

1. Психологічна бібліотека Київського Фонду сприяння розвитку психічної культури. Даний ресурс містить максимально широкий спектр ключових текстів з психології, психогігієни, філософії, релігії, культурології та ін. Режим доступу: <http://psylib.kiev.ua/>
2. Сайт факультету соціології та психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка представляє наукову фахову онлайнову бібліотеку, зокрема понад 20 повнотекстових електронних версій видань з психології. Режим доступу <http://www.socd.univ.kiev.ua/>
3. Інститут корекційної педагогіки і психології, м. Київ. Режим доступу [www.ikpp.npu.edu.ua/index.php?limitstart](http://www.ikpp.npu.edu.ua/index.php?limitstart)
4. Перша українська електронна бібліотека підручників
5. Перша українська електронна бібліотека підручників. Режим доступу <http://pidruchniki.com.ua/>
6. Електронна бібліотека. Режим доступу <http://www.info-library.com.ua/>
7. Психологічний центр травматерапії, м. Київ. Режим доступу <http://traumatherapy.com.ua/article>