

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ СЕМЕНА КУЗНЕЦЯ



**"ЗАТВЕРДЖУЮ"**

Проректор з навчально-методичної роботи

Каріна НЕМАШКАЛО

ПСИХОЛОГІЯ ПЕРЕЖИВАНЬ

робоча програма навчальної дисципліни

Галузь знань	<i>всі</i>
Спеціальність	<i>всі</i>
Освітній рівень	<i>другий (магістерський)</i>
Освітня програма	<i>всі</i>

Статус дисципліни	<i>вибіркова</i>
Мова викладання, навчання та оцінювання	<i>українська</i>

Завідувачка кафедри  
міжнародних економічних відносин

Ірина ОТЕНКО

Харків  
2022

ЗАТВЕРДЖЕНО

на засіданні кафедри *міжнародних економічних відносин*  
Протокол № 1 від 27.08.2021 р.

Розробник:

Литвиненко А. О., к.е.н., доц. кафедри міжнародних економічних відносин

**Лист оновлення та перезатвердження  
робочої програми навчальної дисципліни**

Навчальний рік	Дата засідання кафедри – розробника РПНД	Номер протоколу	Підпис завідувача кафедри

## Анотація навчальної дисципліни

Трансформаційні умови функціонування психологічної поведінки людини у колективі вимагають від підприємництва підвищення їх адаптаційної спроможності, переведення менеджменту на ефективне стратегічне підґрунтя та підвищення рівня обґрунтованості програм розвитку діяльності, вагомою складовою яких є стратегія максимізації «здорового» психологічного клімату на робочому місці. У наш час необхідно розуміти як зменшити напруженість у людських відносинах у колективі, які можуть привести до загального руйнування нашого світу, якщо тільки ми не досягнемо великих успіхів в розумінні і налагодженні відносин між окремими людьми і групами. Психологія перестала бути чисто академічною дисципліною, але вона все ще у великому боргу перед практикою. Досвід психолога стає все більш звичним на сучасному підприємстві. Але потреба в психологічній допомозі існує не тільки в соціальній практиці, а й в особистому і сімейному житті, і ця потреба задовольняється недостатньо. Використовуючи ці знання у стратегічному контексті управління діяльністю, існує механізм використання моделей конфлікту та розгляд психосоматичних особистостей людини, міжособистісних конфліктів, як подолання ситуацій суперечностей, розбіжностей, зіткнень між людьми.

Дисципліна «Психологія переживань» є вибірковою дисципліною для фахівців у галузі менеджменту, оскільки охоплює основні форми організації та ефективності господарювання на рівні основної структурної ланки суспільного виробництва, дає необхідну сукупність теоретичних і практичних знань з управління ринковою економікою на сучасному етапі її розвитку в Україні.

Ключовим завданням бізнесу є досягнення та подальше забезпечення належного рівня конкурентоспроможності сучасного бізнесу у короткостроковому та довгостроковому періодах. При цьому вважається, що діяльність бізнесу має забезпечувати приріст добробуту його власників та працівників. Досягти цього неможливо без адекватного вирішення у повсякденній роботі сукупності питань, які пов'язані з персоналом організацій; з людиною, яка опинилась в екстремальних та кризових ситуаціях. Психологія переживань як наука досліджує закономірності та правила використання певних ресурсів для подолання людиною критичних життєвих ситуацій і тим самим розширити межі загальнопсихологічної теорії діяльності, виділивши в ній психологію переживання як особливий предмет теоретичних досліджень і методичних розробок.

Метою освоєння дисципліни є оволодіння студентами методичних підходів і методів до вивчення проблем переживання в контексті психологічної теорії діяльності у підприємницькій діяльності та, взявши вихідні абстракції психологічної теорії діяльності й керуючись, з одного боку, загальною ідеєю переживання, а з іншого, даними аналітичного огляду, розгорнути ці абстракції в напрямку, що фіксує закономірності процесів, а не їх загальні ознаки.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є процес вивчення гіпотези про переживання певними структурами суспільної свідомості, а також детальний аналіз конкретного випадку переживання, виконаний на матеріалі художньої літератури. Цей аналіз покликаний не стільки довести гіпотезу, скільки проілюструвати її, а заодно і цілий ряд положень попередніх частин роботи.

Дисципліна тісно пов'язана з такими фундаментальними дисциплінами, як менеджмент, філософія, психологія, з професійно-орієнтованими дисциплінами: підприємництво та іншими. Знання з цих дисциплін допоможуть студентам зрозуміти проблеми теорії та вміти на практиці самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження з елементами наукової новизни та / або практичної значущості

Мета навчальної дисципліни «Психологія переживань» є формування системи професійних компетентностей щодо визначення пріоритетних напрямків та опанування студентами методичних підходів і прийомів психологічної діяльності, формування принципів психології та використання у професійній діяльності в умовах сучасного ринку.

Основними завданнями вивчення даної дисципліни є

засвоєння основних причин стресу, адаптування себе та членів команди до стресової ситуації, знаходження засобів до її нейтралізації в сучасних умовах;

розвиток навичок самостійної роботи, гнучкого мислення, відкритості до нових знань, бути критичним і самокритичним;

організація діяти соціально відповідально та громадсько свідомо на основі етичних міркувань (мотивів), повагу до різноманітності та міжкультурності.

Об'єктом навчальної дисципліни виступають процеси психічного відображення та реальності, специфіка яких визначається особливостями життєвих ситуацій, що ставлять суб'єкта перед необхідністю переживання.

Предметом навчальної дисципліни є психологічні переживання.

### Характеристика навчальної дисципліни

Курс	1М
Семестр	1
Кількість кредитів ECTS	5
Форма підсумкового контролю	залік

### Структурно-логічна схема вивчення навчальної дисципліни:

Пререквізити	Постреквізити
Філософія	Розвиток критичного мислення
Психологія	Критичне мислення та аналітичне забезпечення підприємницької діяльності

### Компетентності та результати навчання за дисципліною

Компетентності	Результати навчання
Здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз знань функціонування мотиваційної, інформаційної та регуляторної підсистем особистості.	Визначати, аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.
	Демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань.
	Ілюструвати прикладами закономірності та особливості функціонування та розвитку психічних явищ.
Вміти систематизувати критерії психодіагностичних обстежень, спрямованих на якість відбору й атестації персоналу на підприємстві, організації.	Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника.
Здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік. Приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.	Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування, тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.
	Емпатійно взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші

	культуральні чи гендерно-вікові особливості. Вирішувати складні фахові завдання (практичні та дослідницькі) з опорою на доступні ресурси.
	Вирішувати етичні дилеми переживання з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій.	Демонструвати відповідальне ставлення до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.
Вміти адаптуватися до нових ситуацій та здатність до професійної мобільності.	Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям.

## Програма навчальної дисципліни

### Змістовий модуль 1. Сучасні уявлення про психологічне переживання

#### Тема 1. Проблема критичної ситуації

##### 1.1. *Поняття стресу.*

Поняття стресу в сучасних психологічних роботах. Заперечення неспецифічних ситуацій. Відмінність критичних та екстремальних подій в діяльності.

##### 1.2. *Фрустрація.*

Ознаки фрустрації. Бар'єри, що не дають приймати рішення та рухатись далі. Види фрустраційної поведінки. Умови дослідження фрустраційної поведінки.

##### 1.3. *Конфлікт.*

Поняття конфлікту. Характер відношень конфліктуючих сторін. Види конфлікту. Відмінність між ситуаціями фрустрації та конфлікту.

##### 1.4. *Криза.*

Проблематика кризи. Теорії інтелектуальних рухів, теорії кризи. Стадії кризи. Типологія критичних ситуацій.

#### Тема 2. Процес переживання

##### 2.1. *Цільова детермінація переживання.*

Цільові детермінанти життєдіяльності. Вивчення праць З. Фрейда та А. Фрейд, які пов'язані з психологічним захистом. Типи внутрішніх механізмів.

##### 2.2. *Техніка переживання.*

Захисні процеси людини. Характеристики «вдалих» та «невдалих» процесів у переживанні. Структура переживання. Енергетична парадигма. Просторова парадигма. Часова парадигма. Генетична парадигма. Когнітивна парадигма. Оцінка та інтерпретація переживання.

##### 2.3. *Проблема класифікації процесів переживання.*

Класифікація механізмів, що сприяють появі розчарування. Методи пізнавальної систематизації.

### Змістовий модуль 2. Типологічний аналіз закономірностей психологічного переживання

#### Тема 3. Типологія «життєвих всесвітів»

##### 3.1. *Поняття життя та діяльності концепції А. Н. Леонтьєва.*

Поняття діяльності у біологічному значенні. Мотив, мотивація. Когнітивність. Рефлексологія та біхевіоризм.

### 3.2. Побудова типології «життєвих всесвітів».

Структура «життєвих всесвітів». Принципи мишлення. Відкритий та замкнутий «життєвих всесвітів». «Погранічний» аспект «життєвих всесвітів».

## **Тема 4. Тип 1: зовнішньо легкий та внутрішньо простий життєвий мир**

### 4.1. *Опис миру.*

Структура даного миру. Реалізація діяльності за умовами даного миру. Експериментальні дослідження. Ознаки та характеристика.

### 4.2. *Прототип.*

Психолгічний прояв та типічні властивості даного типу.

### 4.3. *Гедоністичне психологічне переживання.*

Сутність та характеристика даного переживання в діяльності. Досвід подолання та процес осмислення даного переживання.

## **Тема 5. Тип 2: зовнішньо складний та внутрішньо простий життєвий мир**

### 5.1. *Опис миру.*

Структура даного миру. Реалізація діяльності за умовами даного миру. Експериментальні дослідження. Ознаки та характеристика.

### 5.2. *Прототип.*

Психологічний прояв та типічні властивості даного типу.

### 5.3. *Реалістичне переживання.*

Сутність та характеристика даного переживання в діяльності. Досвід подолання та процес осмислення даного переживання.

## **Тема 6. Тип 3: внутрішньо складний та зовнішньо легкий життєвий мир**

### 6.1. *Опис миру.*

Структура даного миру. Реалізація діяльності за умовами даного миру. Експериментальні дослідження. Ознаки та характеристика.

### 6.2. *Ціннісне переживання.*

Сутність та характеристика даного переживання в діяльності. Досвід подолання та процес осмислення даного переживання.

### 6.3. *Прототип.*

Психологічний прояв та типічні властивості даного типу.

## **Тема 7. Тип 4: внутрішньо складний та зовнішньо складний життєвий мир**

### 7.1. *Опис миру.*

Структура даного миру. Реалізація діяльності за умовами даного миру. Експериментальні дослідження. Ознаки та характеристика.

### 7.2. *Творче психологічне переживання.*

Сутність та характеристика даного переживання в діяльності. Досвід подолання та процес осмислення даного переживання.

## **Тема 8. Ідеальні типи та емпіричний процес переживання**

### 8.1. *Аналіз психологічних переживань перших трьох типів.*

Процеси переживання та синтез різних типів психологічних переживань у діяльності.

### 8.2. *Культурно-історична детермінація переживання.*

Культурно-історична послідовність. Свідомість та самосвідомість людини новоєвропейської культури. Психологічна поведінка сучасної культури.

## **Методи навчання та викладання**

У ході викладання навчальної дисципліни «Психологія переживань» передбачено застосування активних й інтерактивних навчальних технологій, серед яких різні методи,

спрямовані на активізацію та стимулювання навчально-пізнавальної діяльності здобувачів вищої освіти, а саме: проблемні лекції, лекції-дискусії, презентації, кейс-стаді, дебати, мозкові штурми, різноманітні індивідуальні та групові проекти, робота в малих групах, індивідуальна дослідницька робота під час виконання творчого завдання.

Під час лекційних занять застосовується методи дискусії з проблемних питань, робота в парах, демонструється презентація викладачем, тощо. Після лекції студенти повинні пройти онлайн тест або прийняти участь у чат-обговоренні проблемного питання на ПНС протягом тижня, до наступної лекції.

### **Порядок оцінювання результатів навчання**

ХНЕУ ім. С. Кузнеця використовує накопичувальну (100-бальну) систему оцінювання.

Загальна кількість балів, яку може накопичити здобувач вищої освіти, складається із суми балів за поточну та підсумкову успішність. Підсумкова кількість балів, яку може накопичити здобувач вищої освіти складається з суми балів за поточну успішність. Максимальна кількість балів за поточну успішність – 100. Мінімальна кількість балів – 60 балів. Студент повинен вважатися атестованим, якщо сума балів, отриманих під час підсумкової / семестрової перевірки успішності, дорівнює або перевищує 60. Підсумкова оцінка з дисципліни розраховується з урахуванням балів, отриманих під час заліку, та балів, отриманих під час контролю за накопичувальною системою.

Завданням оцінювання лекційних та практичних занять є перевірка засвоєння певного матеріалу, вироблених навичок проведення розрахункових робіт, умінь самостійно опрацьовувати тексти, здатності осмислити матеріал теми чи розділу, умінь публічно чи письмово подати певний матеріал. Кількість балів за поточний контроль розподіляються між темами з урахуванням кількості годин, відведених на тему.

Поточний контроль включає оцінювання роботи студентів під час:

лекцій: активна робота на занятті (1 бал за кожне заняття) за умови активної участі в обговоренні теми лекції, відповіді студентом на поставлені викладачем питання. Загальна кількість балів 8;

практичних та семінарських занять: активна робота на занятті (1-2 бали за кожне заняття в залежності від складності виконуваних завдань) за умови виконання студентом практичних завдань, участі студентів у вирішенні кейсів, обговореннях, дискусіях. Загальна кількість балів – 31;

письмової контрольної роботи, максимально оцінюється в 10 балів. Контрольна робота містить три завдання: 1 теоретичне (4 бали), два ситуаційних завдання (кожне оцінюється в 3 бали);

колоквіуму: студенти мають один колоквіум наприкінці семестру. Максимальна оцінка за колоквіум складає 10 балів. Колоквіум включає завдання за усіма темами дисципліни. Структура колоквіуму: 1) 8 тестових завдань (максимальна оцінка за кожне завдання – 0,5 бали); 2) 2 ситуаційних завдання (максимальна оцінка за кожне 3 бали).

Самостійна робота студентів оцінюється за наявності конспекту всіх тем, відведених на самостійне вивчення, та захист самостійної роботи під час навчання. Оцінка за змістовий модуль навчальної аудиторної роботи складається з суми балів за поточну успішність та підсумковий модульний контроль. Максимальна кількість балів за самостійну роботу – 61 балів.

Завданням підсумкового модульного контролю є перевірка рівня засвоєння та розуміння певного матеріалу, вироблених навичок, умінь самостійно опрацьовувати наукові та навчальні тексти, здатності осмислити зміст теми чи розділу, умінь публічно чи письмово представляти

(презентувати) певний матеріал. Підсумковий модульний контроль проводиться після закінчення лекційних та практичних занять з дисципліни – змістового модуля. Підсумковий модульний контроль оцінюється в 10 балів. До підсумкового модульного контролю допускаються лише студенти, які виконали у повному обсязі усі види робіт (практичні, захист

презентацій, поточні контрольні роботи, тощо), передбачених робочою навчальною програмою та які мали виконати під час відпрацювання навчального матеріалу поточного модуля.

Виставлення підсумкової оцінки здійснюється за шкалою, що наведено в таблиці "Шкала оцінювання: національна та ЄКТС".

Форми оцінювання та розподіл балів наведено у таблиці "Рейтинг-план навчальної дисципліни".

### Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D		
60 – 63	E	задовільно	не зараховано
35 – 59	FX	незадовільно	

### Рейтинг-план навчальної дисципліни

Тема	Форми та види навчання		Форми оцінювання	Мак бал
<i><b>Аудиторна робота</b></i>				
<b>1</b>	Лекція	Лекція. Тема 1. Проблема критичної ситуації	Проблемна лекція	6
	Практичне заняття	Практичне заняття за темою	Презентація	
	<i><b>Самостійна робота</b></i>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Самостійне вивчення за питаннями теми. Підготовка до семінарського заняття.	Експрес-опитування	12
<i><b>Аудиторна робота</b></i>				
<b>2</b>	Лекція	Лекція. Тема 2. Процес переживання	Проблемна лекція	
	Практичне заняття	Виконання завдання за темою	Компетентісно-орієнтоване інтерактивне заняття	
	<i><b>Самостійна робота</b></i>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Виконання самостійної роботи за темою 2.	Захист самостійної роботи	6
<i><b>Аудиторна робота</b></i>				
<b>3</b>	Лекція	Лекція. Тема 3. Типологія «життєвих всесвітів»	Проблемна лекція	



	Практичне заняття	Виконання завдання за темою	Компетентісно-орієнтоване інтерактивне заняття	5	
<b><i>Самостійна робота</i></b>					
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Самостійне вивчення окремих розділів за питаннями теми. Підготовка до практичних занять. Виконання самостійної роботи за темою 3.	Захист самостійної роботи	6	
<b><i>Аудиторна робота</i></b>					
<b>4</b>	Лекція	Лекція. Тема 4. Тип 1: зовнішньо легкий та внутрішньо простий життєвий мир	Проблемна лекція		
	Практичне заняття	Виконання завдання за темою	Поточна контрольна робота	10	
	<b><i>Самостійна робота</i></b>				
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Самостійне вивчення окремих питань теми. Підготовка до практичних занять. Виконання самостійної роботи за темою 4.	Захист самостійної роботи	5	
<b><i>Аудиторна робота</i></b>					
<b>5</b>	Лекція	Лекція. Тема 5. Тип 2: зовнішньо складний та внутрішньо простий життєвий мир	Проблемна лекція	5	
	Практичне заняття	Виконання завдання за темою	Компетентісно-орієнтоване інтерактивне заняття		
	<b><i>Самостійна робота</i></b>				
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Виконання самостійної роботи за темою 5.	Захист самостійної роботи	6	
<b><i>Аудиторна робота</i></b>					
<b>6</b>	Лекція	Лекція. Тема 6. Тип 3: внутрішньо складний та зовнішньо легкий життєвий мир	Проблемна лекція		
	Практичне заняття	Виконання завдання за темою	Компетентісно-орієнтоване інтерактивне заняття		
	<b><i>Самостійна робота</i></b>				

	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Пошук, підбір та огляд літературних джерел за заданою тематикою. Підготовка до практичного заняття. Виконання самостійної роботи за темою 6.	Захист самостійної роботи	10
<i><b>Аудиторна робота</b></i>				
<b>7</b>	Лекція	Лекція. Тема 7. Тип 4: внутрішньо складний та зовнішньо складний життєвий мир	Проблемна лекція	
	Практичне заняття	Колоквіум за змістовим модулем.	Колоквіум	10
	<i><b>Самостійна робота</b></i>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка до практичних занять. Виконання самостійної роботи за темою 7.	Захист самостійної роботи	10
<i><b>Аудиторна робота</b></i>				
<b>8</b>	Лекція	Лекція. Тема 8. Ідеальні типи та емпіричний процес переживання	Проблемна лекція	3
	Практичне заняття	Виконання завдання за темою	Компетентісно-орієнтоване інтерактивне заняття	
	<i><b>Самостійна робота</b></i>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Самостійне вивчення окремих питань теми. Підготовка до практичних занять. Виконання самостійної роботи за темою 8.	Захист самостійної роботи	6

### Рекомендована література

#### Основна

1. Vasilyuk F.E. Psychology of experience (analysis of overcoming critical situations). / F.E. Vasilyuk // 1984. – 200 p.
2. Гуменюк Л. Й. Соціальна конфліктологія: підручник / Л. Й. Гуменюк // Львів. держ. ун-т внутр. справ. – Львів, 2015. – 563 с.
3. Lowen A. Psychology of the body: bioenergy analysis of the body, Progress, 2012 – 256 p.
4. Pezeshkian N. P. Psychosomatics and positive psychotherapy: Per. with him, 1996. – 464 p.
5. Rock David Brain. How to use your capabilities to the maximum and without overload / D. Rock; Per. from English. : Alpina Publisher, 2017. – 374 p.
6. Fromm E. Authoritarian personality [Text] / E. Fromm // Psychology of personality: Reader: in 2 vols. T. 1. / Ed. D. Ya. Raigorodsky. - ed. 3rd, add. - : Publishing house. House "BAHRAKH", 2002. – 512 p. – P. 247-276.

### **Додаткова**

7. Жаворонкова Г. В. Управління конфліктами [Текст] : текст лекцій: навч. посібник / Г. В. Жаворонкова [та ін.] // – К. : Кондор, 2010. – 172 с.
8. Котигоренко В. Конфліктологія / В. Котигоренко // Політична енциклопедія. К.: Парламентське видавництво, 2011. – 362 с.
9. Луцишин Г. І. Конфліктологія та теорія переговорів: навч. посіб. [для студентів, аспірантів і викл. вищ. закл. освіти України] / Г. І. Луцишин // Львів: Вид-во Львів. політехніки, 2015. – 200 с.
10. Jonathan H. Turner and Jan E. Stets The Sociology of Emotions, Cambridge Univesity Press, 2005. – 351 p.
11. Yalom I. Becoming Myself, Publisher: Basic books, 2017. – 352 p.

### **Інформаційні ресурси**

12. Сайт персональних навчальних систем ХНЕУ ім. С. Кузнеця / [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://pns.hneu.edu.ua/course/view.php?id=7180>
13. Лабораторія психодіагностики / [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://psydilab.univer.kharkov.ua/index.php/ru/literatura-po-tematike-laboratorii/15-etichnij-kodeks-psikhologa>
14. Етичний кодекс психолога / [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://psychologiya.com.ua/kodeks-psixologa.html>
15. Український психоаналітичний союз / [Електронний ресурс] . – Режим доступу : <https://upu.com.ua/ru/>