

**ПрАТ «ВНЗ «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ
ПЕРСОНАЛОМ»**



МАУП

***СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ»***

Спеціальність:	С4 Психологія
Освітній рівень:	другий (магістерський) рівень
Освітня програма:	Психологія

Загальна інформація про навчальну дисципліну

Назва навчальної дисципліни	Соціально-психологічна адаптація особистості
Шифр та назва спеціальності	С4 Психологія
Рівень вищої освіти	Другий (магістерський) рівень вищої освіти
Статус дисципліни	вибіркова
Кількість кредитів і годин	3 кредити/90 год Лекції: 20 год Практичні заняття: 14 год Самостійна робота: 56 год
Термін вивчення дисципліни	
Мова викладання	українська
Вид підсумкового контролю	залік
Сторінка дисципліни на сайті	

Загальна інформація про викладача. Контактна інформація

Науковий ступінь	
Вчене звання	
Посада	
Дисципліни, які викладає НПП	
Напрями наукових досліджень	
Посилання на реєстри ідентифікаторів для науковців	
Контактна інформація викладача:	
E-mail:	
Контактний тел.	
Портфоліо викладача на сайті кафедри	

Анотація курсу. Курс «Соціально-психологічна адаптація особистості» спрямований на формування у здобувачів вищої освіти цілісного уявлення про закономірності соціально-психологічної адаптації особистості в умовах навчальної, професійної та соціальної діяльності, про механізми успішної інтеграції особистості в освітнє й соціокультурне середовище. У межах дисципліни розкриваються теоретичні засади адаптації особистості, особливості її перебігу в студентському віці, психологічні чинники входження в нові соціальні ролі, колективи та професійні спільноти. Значна увага приділяється аналізу процесів міжособистісної взаємодії, комунікації, формування соціальної ідентичності, подолання стресу, розвитку емоційної стійкості та психологічного благополуччя в умовах навчання у закладах вищої освіти.

Предмет вивчення навчальної дисципліни: соціально-психологічні механізми адаптації особистості, особливості її поведінки та взаємодії в різних соціальних групах, чинники успішної адаптації до освітнього середовища та майбутньої професійної діяльності, методи психологічної підтримки й саморегуляції особистості.

Мета курсу: формування у студентів здатності усвідомлювати й аналізувати процеси соціально-психологічної адаптації, розвивати навички ефективної міжособистісної взаємодії, саморегуляції та конструктивного подолання адаптаційних труднощів, застосовувати отримані психологічні знання у навчальній і майбутній професійній діяльності.

Завдання навчальної дисципліни:

1. Ознайомлення здобувачів освіти з ключовими поняттями й теоріями соціально-психологічної адаптації.

2. Розвиток умінь аналізувати адаптаційні ситуації та поведінкові стратегії особистості.
3. Формування здатності приймати обґрунтовані рішення в умовах соціальних змін.
4. Розвиток навичок саморефлексії, ефективного спілкування та критичного мислення.

Пререквізити навчальної дисципліни. Вивчення курсу ґрунтується на знаннях, здобутих під час опанування дисциплін гуманітарного й соціально-психологічного циклу, зокрема «загальна психологія», «соціологія», «соціальна психологія», «психологія особистості», «філософія», а також на вміннях і компетентностях, сформованих у процесі здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти.

Постреквізити навчальної дисципліни. Отримані в межах курсу знання, уміння та навички є важливою основою для подальшого професійного становлення студентів, успішного опанування фахових освітніх компонентів, розвитку психологічної культури, адаптивності та відповідального ставлення до майбутньої професійної діяльності, а також ефективної самореалізації в освітньому, професійному й соціальному середовищі.

Програмні компетентності:

Загальні компетентності	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми. ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності. ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
Спеціальні компетентності	СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики. СК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах. СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності. СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію. СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями. СК11. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях. СК15 Здатність до застосування поглиблених знання з психології кризових ситуацій для здійснення психологічної підтримки та ефективної роботи зі стресовими станами особистості різних верств населення воєнний та післявоєнний періоди.
Результати навчання	ПРН1 Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. ПРН4 Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій. ПРН6 Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість. ПРН9 Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності. ПРН11 Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності. ПРН12. Розробляти коучингові та соціально-психологічні програми з реабілітації населення та окремих верств населення.

	ПРН13 Організовувати та проводити реабілітаційні заходи психологічного захисту громадян у кризових ситуаціях. ПРН15 Застосовувати поглиблені знання з психології кризових ситуацій для здійснення психологічної підтримки та ефективної роботи зі стресовими станами особистості різних верств населення воєнний та післявоєнний періоди.
--	--

Зміст навчальної дисципліни

№	Назва теми	К-сть годин, з них:			
		Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Методи навчання/методи оцінювання
1 семестр					
Змістовний модуль 1. Соціально-психологічна адаптація як наука та навчальна дисципліна. Деадаптація неповнолітніх як соціально-психологічна проблема					
Тема 1	Соціально-психологічна адаптація як наукове явище	2	1	6	Методи навчання: пояснювально-ілюстративні та проблемно-пошукові методи навчання, лекції-бесіди, аналіз наукових підходів і теорій соціально-психологічної адаптації, обговорення базових категорій і понять. Методи оцінювання: усне опитування, тестування, виконання аналітичних завдань
Тема 2	Адаптація як сукупність новоутворень особистості	2	2	6	Методи навчання: проблемний виклад матеріалу, евристичні бесіди, аналіз психологічних моделей розвитку особистості, робота з науковими текстами та рефлексивні вправи. Методи оцінювання: письмові роботи, виконання індивідуальних завдань, участь в обговореннях і поточного контролю знань.
Тема 3	Психологічні особливості соціально дезадаптованих осіб	2	1	6	Методи навчання: аналіз конкретних випадків (кейс-метод), групові дискусії, рольові ігри, елементи тренінгової роботи, спрямовані на розуміння проявів дезадаптації. Методи оцінювання: аналіз ситуаційних завдань, усне опитування, виконання практичних і творчих робіт
Тема 4	Особливості процесу соціально-психологічної адаптації	2	2	4	Методи навчання: проблемне навчання, моделювання адаптаційних процесів, робота

					в малих групах і самостійне опрацювання літератури. Методи оцінювання: тестування, виконання практичних завдань, письмові рефлексивні роботи та поточний контроль
Тема 5	Типи та рівні дезадаптації особистості	2	1	6	Методи навчання: лекції-пояснювально-ілюстративні методи, порівняльний аналіз, робота з класифікаціями та схемами, обговорення прикладів з практики. Методи оцінювання: тестовий контроль, усне опитування, виконання аналітичних завдань і перевірка самостійної роботи студентів.
Змістовний модуль 2. Основні напрямки діяльності психолога з підвищення адаптаційних ресурсів особистості. Соціально-психологічна адаптація в різних галузях життєдіяльності					
Тема 6	Діагностика соціальної адаптації дезадаптації особистості	2	1	6	Методи навчання: практико-орієнтовані методи, ознайомлення з психодіагностичними методиками, аналіз результатів досліджень, розв'язання практичних завдань і робота в парах Методи оцінювання: діагностичні завдання, аналіз отриманих результатів, тестування та підсумковий контроль.
Тема 7	Психологічна допомога особистості з дезадаптивною поведінкою	2	2	6	Методи навчання: тренінгові методи, рольові ігри, аналіз консультативних ситуацій, моделювання програм психологічної допомоги. Методи оцінювання: спостереження за участю студентів у практичних заняттях, виконання творчих і ситуаційних завдань, усне опитування та самооцінювання.
Тема 8	Соціально-психологічна адаптація дошкільнят	2	1	4	Методи навчання: лекції з елементами візуалізації, аналіз вікових особливостей розвитку, робота з прикладами з педагогічної та психологічної практики. Методи оцінювання: виконання письмових робіт,

					участь у дискусіях, тестування та перевірка індивідуальних завдань.
Тема 9	Гендерні особливості соціально-психологічної адаптації у старшому підлітковому віці	2	2	6	Методи навчання: проблемні лекції, дискусії, аналіз наукових досліджень і порівняльний підхід до вивчення гендерних відмінностей Методи оцінювання: презентації, письмові аналітичні роботи, тестування та активності студентів у процесі обговорення.
Тема 10	Проблеми соціально психологічної адаптації до навчання у ЗВО. Професійна адаптація	2	1	6	Методи навчання: інтерактивні методи навчання, аналіз адаптаційних труднощів студентської молоді, кейс-метод, групові обговорення і рефлексивні вправи. Методи оцінювання: виконання практичних завдань, написання есе, тестування, участь у дискусіях та підсумковий контроль результатів навчання.
Модульна контрольна робота					
Всього:		20	14	56	
Форма контролю: залік					

Технічне обладнання та/або програмне забезпечення

В освітньому процесі використовуються навчальні аудиторії, бібліотека, мультимедійний проектор та комп'ютер для проведення лекційних та семінарських занять з елементами презентації. Вивчення окремих тем і виконання практичних завдань потребує доступу до інформації зі всесвітньої мережі Інтернет, який забезпечується безкоштовною мережею Wi-Fi.4.

Форми і методи контролю

Контроль успішності здобувачів освіти поділяється на поточний і підсумковий (семестровий). Поточний контроль здійснюють під час проведення практичних, лабораторних і семінарських занять, метою якого є систематична перевірка розуміння та засвоєння теоретичного навчального матеріалу, умінь використовувати теоретичні знання під час виконання практичних завдань тощо. Можливості поточного контролю є надзвичайно широкими: мотивація навчання, стимулювання навчально-пізнавальної діяльності, диференційований підхід до навчання, індивідуалізація навчання тощо.

Форми участі студентів у навчальному процесі, які підлягають поточному контролю:

- виступ з основного питання;
- усна доповідь;
- доповнення, запитання до того, хто відповідає;
- систематичність роботи на семінарських заняттях, активність під час обговорення питань;
- участь у дискусіях, інтерактивних формах організації заняття;
- аналіз законодавства та монографічної літератури;
- письмові завдання (тестові, контрольні, творчі роботи, реферати тощо);

- підготовка тез, конспектів навчальних або наукових текстів;
- самостійне опрацювання тем.

Контроль успішності здобувачів освіти поділяється на поточний і підсумковий.
Методи поточного контролю: усний контроль (опитування, бесіда, доповідь, повідомлення тощо); письмовий контроль (контрольна робота, реферат, виклад матеріалу на задану тему в письмовій формі тощо); комбінований контроль; презентація самостійної роботи; спостереження як метод контролю; тестовий контроль; проблемні ситуації.

Система оцінювання та вимоги
Таблиця розподілу балів, які отримують здобувачі вищої освіти*

	Поточний контроль знань										Модульна контрольна робота	Залік	Загальна кількість балів
Теми	Те ма 1	Те ма 2	Те ма 3	Те ма 4	Те ма 5	Те ма 6	Тем а 7	Тем а 8	Те ма 9	Те ма 10	20	20	100
Робота на семінарському занятті	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
Самостійна робота	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			

*Таблиця містить інформацію про максимальні бали за кожен вид навчальної роботи здобувача вищої освіти.

Під час оцінювання засвоєння кожної теми за поточну навчальну діяльність здобувачу освіти виставляють оцінки з урахуванням затверджених критеріїв оцінювання для відповідної дисципліни.
Критерії оцінювання результатів навчання здобувачів освіти та розподіл балів, які вони отримують, регламентуються Положенням про оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти у ПрАТ «ВНЗ «МАУП».
Модульний контроль проводиться на останньому занятті модуля у письмовій формі, у вигляді тестування.
Критерії оцінювання модульного тесту з навчальної дисципліни «Соціально-психологічна адаптація особистості»:
При оцінюванні модульного тесту враховуються обсяг і правильність виконання завдань:
– оцінка «відмінно» (А) виставляється за правильне виконання всіх завдань (або більше 90% всіх завдань);
– оцінка «добре» (В) виставляється за виконання 80% всіх завдань;
– оцінка «добре» (С) виставляється за виконання 70% всіх завдань;
– оцінка «задовільно» (D) виставляється за правильне виконання 60% запропонованих завдань;
– оцінка «задовільно» (Е) виставляється, якщо правильно виконано більше 50% запропонованих завдань;
– оцінка «незадовільно» (FX) виставляється, якщо виконано менше 50% завдань.

Неявка на модульний тест – 0 балів.
Вищезазначені оцінки перетворюються на рейтингові бали таким чином:
«А» – 18–20 балів;
«В» – 16–17 балів;
«С» – 14–15 балів;
«D» – 12–13 балів.
«Е» – 10–11 балів;

«FX» – менше 10 балів.

Підсумкова семестрове оцінювання з дисципліни «Соціально-психологічна адаптація особистості» є обов’язковою формою оцінювання результатів навчання студентів. Воно проводиться у терміни, визначені навчальним планом, і охоплює обсяг матеріалу, визначений програмою курсу.

Підсумкове оцінювання проводиться у формі тесту. До семестрового оцінювання допускається студент, який виконав усі необхідні роботи.

Підсумкова оцінка виставляється на основі результатів навчання студента протягом семестру. Оцінка студента складається з балів, накопичених за результатами поточного оцінювання, та заохочувальних балів.

Студенти, які виконали всі необхідні завдання і отримали оцінку 60 балів або вище, отримують оцінку, що відповідає отриманій оцінці, без додаткового тестування.

Для студентів, які виконали всі необхідні завдання, але отримали оцінку нижче 60 балів, а також для тих, хто бажає поліпшити свій бал (результат), викладач проводить підсумкову роботу у формі тесту під час останнього запланованого заняття з дисципліни в навчальному семестрі.

Оцінювання додаткових (індивідуальних) видів навчальної діяльності. Оцінювання додаткових (індивідуальних) видів навчальної діяльності. До додаткових (індивідуальних) видів навчальної діяльності відносять участь здобувачів у роботі наукових конференцій, наукових гуртків здобувачів і проблемних груп, підготовці публікацій, участь у Всеукраїнських олімпіадах і конкурсах та Міжнародних конкурсах тощо понад обсяги завдань, які встановлені відповідною робочою програмою навчальної дисципліни.

За рішенням кафедри здобувачам освіти, які брали участь у науково-дослідній роботі та виконували певні види додаткових (індивідуальних) видів навчальної діяльності, можуть присуджуватися заохочувальні (бонусні) бали за визначену освітню компоненту.

Оцінка самостійної роботи

Загальна кількість балів, отриманих студентом за виконання самостійної роботи, є одним із складових академічної успішності з дисципліни. Самостійна робота з кожної теми, відповідно до програми курсу, оцінюється в діапазоні від 0 до 3 балів за допомогою стандартизованих та узагальнених критеріїв оцінювання знань.

Шкала оцінювання виконання самостійної роботи (індивідуальних завдань) критерії оцінювання.

Максимально можлива оцінка самостійної роботи (індивідуальні завдання)	Рівень виконання			
	Відмінно	Добре	Задовільно	Незадовільно
3	3	2	1	0

Форми оцінювання включають: поточне оцінювання практичної роботи; поточне оцінювання засвоєння знань на основі усних відповідей, доповідей, презентацій та інших форм участі під час практичних (семінарських) занять; індивідуальні або групові проекти, що вимагають розвитку практичних навичок і компетентностей (опціональний формат); вирішення ситуаційних завдань; підготовка резюме з самостійно вивчених тем; тестування або письмові іспити; підготовка проектів статей, тез конференцій та інших публікацій; інші форми, що забезпечують всебічне засвоєння навчальної програми та сприяють поступовому розвитку

навичок для ефективної самостійної професійної (практичної, наукової та теоретичної) діяльності на високому рівні.

Для оцінювання результатів навчання здобувача вищої освіти впродовж семестру застосовується 100-бальна, національна та шкала ЄКТС оцінювання

Шкала підсумкового оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECT8	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	Зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
60-67	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

Політика курсу

Для успішного засвоєння курсу «Соціально-психологічна адаптація особистості» здобувач освіти має:

- регулярно відвідувати лекційні та практичні заняття;
- систематично, системно й активно працювати на лекційних і практичних заняттях;
- відпрацьовувати пропущені заняття або незадовільні оцінки, отримані на заняттях;
- виконувати у повному обсязі завдання, які вимагає підготувати викладач, належна їх якість;
- виконувати контрольні та інші самостійні роботи;
- дотримуватися норм академічної поведінки та етики.

Курс «Соціально-психологічна адаптація особистості» передбачає засвоєння та дотримання принципів етики та академічної доброчесності, зокрема орієнтації на запобігання плагіату у будь-яких його проявах: всі роботи, доповіді, есе, реферати та презентації мають бути оригінальними та авторськими, не переобтяженими цитатами, що мають супроводжуватися посиланнями на першоджерела. Порушеннями академічної доброчесності вважаються: академічний плагіат, самоплагіат, фабрикація, фальсифікація, списування, обман, хабарництво, необ’єктивне оцінювання.

Оцінювання здобувача освіти орієнтовано на отримання балів за активність на семінарських заняттях, виконання завдань для самостійної роботи, а також виконання завдань, які здатні розвинути практичні уміння та навички за які можуть бути, за рішенням викладача, нараховані додаткові (бонусні) бали (участь у круглих столах, наукових конференціях, олімпіадах та наукових конкурсах серед студентів).

Рекомендовані джерела інформації:

Основні джерела:

1. Андрієнко Є. В. Соціальна згуртованість та взаємодопомога як чинники адаптації мешканців прифронтових територій // *Соціальна психологія: актуальні питання*. 2024. Т. 15, № 2. С. 78–89.
2. Грись А.М. Соціально-психологічна адаптація. Навч. посіб. Київ: Геопринт, 2020. 280 с.
3. Костенко А. М., Шульга А. А. Психологічна підтримка молоді під час війни : посібник. Київ : Наш формат, 2022. 215 с.
4. Максименко С. Д. (Ред.). Психологічна допомога особистості в кризових ситуаціях. Київ: КММ, 2023.
5. Сидоренко О. Адаптація особистості в умовах змін. Львів: Вид-во «Літера». 2020. С. 12-25
6. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності : метод. посіб. / К. А. Андросович, Л. І. Ткаченко, Г. В. Ільїна, І. О. Якимова, В. М. Шульга. Київ : Інститут

обдарованої дитини НАПН України, 2021. 106 с. URL : https://lib.iitta.gov.ua/728920/2/Posibnyk_Sozialna%20adaptaziya.pdf

7. Титаренко Т. М. Роль особистісних ресурсів у адаптації до екстремальних умов проживання. *Психологія і суспільство*. 2023. № 4 (94). С. 78–87.

8. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О., Нагірняк М. О. Соціально-психологічна адаптація молоді в умовах воєнного часу. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2023. 156.

9. Ткаченко І. Психологія команди: теорія та практика. Харків: Вид-во «Фоліо». 2021. С. 78-90.

Додаткові:

1. Андросович К. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності : методичний посібник / К.А. Андросович, Л.І. Ткаченко, Г.В. Ільїна, І.О. Якімова, В.М. Шульга. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2021. 106 с.

2. Вишньовський В. Психологічна адаптація вимушено переміщених осіб, жертв воєнних конфліктів. Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: Матер. II Міжнар. наук. конф. (м. Тернопіль, 21–22 квітня 2022 р.); Упоряд.: А.А. Криськов, В.В. Вишньовський та Н.В. Габрусєва Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2022. С. 3–5.

3. Гордієнко Н. С. Соціально-психологічні детермінанти адаптації дорослого населення в умовах прифронтової зони. *Психологія особистості*. 2023. Т. 10, № 1. С. 45–56.

4. Поспелова І., Косьянова О., Клосс Г. Особливості соціально-психологічної адаптації осіб із різним ставленням до невизначеності // *Наука і освіта*. 2023. №2. С. 110-120.

5. Пророк Н. В., Царенко Л. Г., Бойко С. Т. Адаптація, дезадаптація, розлади адаптації: питання термінології. *Грааль науки*. 2021. № 9. С. 373–381.

6. Сікора Я.Б. Адаптація як об'єкт наукового дослідження: психолого-педагогічний аналіз. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія «Педагогіка. Соціальна робота». 2022. Вип. 2(51). С. 135–139.

7. Таргоній, І. (2022). Соціологічні та соціально-психологічні виміри адаптації особистості в сучасних умовах. *Науковий збірник «InterConf»*, (134), 184–188. URL: <https://archive.interconf.center/index.php/conference-proceeding/article/view/1769>

8. Bokuniewicz S. Tolerance of uncertainty and ambiguity of the situation and anxiety as a state and as a feature. *Journal of Education Culture and Society. Experience*. 2020. No. 2. P. 224–236.

9. Martsyniak-Dorosh O. The Heavy Psychological Toll of the War in Ukraine – Mental health support is the need of the hour. 2022. URL: <https://www.medpagetoday.com/opinion/second-opinions/101119>

Інформаційні ресурси

1. Інститут соціології НАН України URL: <https://isnasu.org.ua/publish/>

2. Державна науково-педагогічна бібліотека України імені В. О. Сухомлинського URL: <https://dnppb.gov.ua/ua/>