

**ТАВРІЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ  
В.І. ВЕРНАДСЬКОГО**

**Навчально-науковий гуманітарний інститут  
Кафедра психології, філософії та суспільних наук**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Директор навчально-наукового  
гуманітарного інституту



Сергій ГУБАРЄВ

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ТРЕНІНГ СПІЛКУВАННЯ**

**рівень вищої освіти** Перший (бакалаврський)

**галузь знань** С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини

**спеціальність** С4 Психологія

**освітньо-професійна програма** Психологія

**форма(и) навчання** денна та заочна

**Інформація про розробника та розгляд і схвалення  
робочої програми навчальної дисципліни**

РОЗРОБНИК робочої програми навчальної дисципліни

*(науковий ступінь, вчене звання, посада)*

Доктор психологічних наук, доцент



Олена ВЛАСЕНКО

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології, філософії та суспільних наук

Протокол № 1 від 25.08.2025

Завідувач кафедри



Олена ВЛАСЕНКО

ПОГОДЖЕНО:

Розглянуто та схвалено на засіданні навчально-методичної ради навчально-наукового гуманітарного інституту

Протокол № 8 від 27.08.2025

Голова НМР



Сергій ГУБАРЄВ

| <b>1. Загальна інформація про навчальну дисципліну</b>                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.Назва навчальної дисципліни, код в ОПП                                                                                                             | Тренінг спілкування, ВК                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 2.Статус навчальної дисципліни                                                                                                                       | Вибірковий компонент                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3.Рік навчання, семестр у якому викладається дисципліна                                                                                              | 3 курс, 5 семестр                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 4.Обсяг навчальної дисципліни (кількість кредитів, загальна кількість годин (аудиторних за видами занять, самостійної роботи здобувача вищої освіти) | 4 кредити ЄКТС (120 год.), з них:<br>Денна форма: 40 год. аудиторного навантаження (20 годин лекційних, 20 години семінарських) та 80 годин самостійної роботи.<br>Заочна форма: 10 год. аудиторного навантаження (4 годин лекційних, 6 години семінарських) та 110 годин самостійної роботи.                                      |
| 5.Вид підсумкового (семестрового) контролю                                                                                                           | залік                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 6.Інформація про консультації                                                                                                                        | За запитом здобувача вищої освіти в онлайн форматі                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 7.Мова викладання                                                                                                                                    | українська                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 8.Прізвище, ім'я, по батькові викладача (науковий ступінь, вчене звання, посада)                                                                     | Власенко Олена Олександрівна (доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, філософії та суспільних наук)                                                                                                                                                                                                          |
| 9.Контактна інформація викладача                                                                                                                     | <a href="mailto:vlasenko.olena@tnu.edu.ua">vlasenko.olena@tnu.edu.ua</a>                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>2. Опис навчальної дисципліни</b>                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Анотація дисципліни                                                                                                                                  | Вивчення дисципліни дає можливість пізнати основні проблеми спілкування, отримати знання про психологічні особливостей людей при їх взаємодії, набути умінь ефективної комунікації в процесі професійної діяльності.                                                                                                               |
| Мета, завдання та цілі вивчення дисципліни                                                                                                           | <p><b>Метою вивчення дисципліни</b> є розвиток і підвищення компетентності особистості у спілкуванні.</p> <p><b>Основними завданнями вивчення дисципліни «Тренінг спілкування» є:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>розуміння основних видів та етапів спілкування;</li> <li>оволодіння технікою мовлення;</li> </ul> |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• виявлення основних бар'єрів спілкування;</li> <li>• сприяння формуванню вмінь і навичок ефективного використання методів і засобів для усунення конфлікту при спілкуванні;</li> <li>• розкриття психологічних механізмів ведення дискусій;</li> <li>• розвиток умінь та навичок ефективного психологічного впливу при спілкуванні.</li> </ul>                                                                                                                 |
| Формат проведення дисципліни | <p>Під час навчання використовуються наступні форми та методи: презентації, бесіди і дискусії, індивідуальні науково-дослідні завдання.</p> <p>Віртуальне навчальне середовище, яке використовуватиметься у разі роботи в дистанційному режимі - Google Classroom.</p> <p>У дистанційному режимі лекції / практичні заняття будуть проведені за допомогою програм електронної комунікації Google Meet.</p> <p>Поточна комунікація з викладачем здійснюється через Classroom та корпоративну пошту.</p> |

### 1. Тематика та зміст навчальної дисципліни.

| Номер та назва розділу, теми, перелік основних питань                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Вид навчального заняття | Форми і методи контролю знань                                                | Кількість годин денна форма | Кількість годин заочна форма |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| <b>Тема 1. Спілкування як феномен психології.</b><br>Поняття спілкування. Спілкування як потреба. Соціальна роль спілкування. Вербальне та невербальне спілкування. Форми спілкування: бесіда, наради, переговори, публічна промова. Суспільні та міжособистісні відносини. Види та етапи спілкування. Монологічне й діалогічне спілкування. Різновиди монологічного спілкування: імперативне й маніпулятивне. Принципи діалогічного спілкування. | лекція                  | Поточний; усний метод (співбесіда)                                           | 4                           | 1                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | семінарське заняття     | Поточний; презентація доповідей; інд.опитування; виконання письмових завдань | 4                           | 1                            |
| <b>Тема 2. Спілкування та розвиток особистості.</b><br>Спілкування та індивідуальні якості особистості. Вплив спілкування на розвиток особистості. Вплив темпераменту на спілкування. Механізми взаєморозуміння. Вплив інформації на ефективну роботу. Місце комунікацій (спілкування) в процесі життєдіяльності. Засоби комунікації. Комунікаційний процес. Різновиди комунікацій.                                                               | лекція                  | Поточний; усний метод (співбесіда)                                           | 6                           | 1                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | семінарське заняття     | Поточний; презентація доповідей; інд.опитування; виконання письмових завдань | 6                           | 1                            |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |                                                                              |   |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| Інформаційне навантаження.<br>Небезпечні для людини стани. Фактори, що викликають перенавантаження людини, яка оперує з потоком інформації.                                                                                                                                                                                                 |                     |                                                                              |   |   |
| <b>Тема 3. Бар'єри та труднощі спілкування.</b><br>Поняття психічних процесів. Поняття та роль відчуття. Поняття сприймання. Розуміння та види пам'яті. Суть та види мислення. Розуміння уваги. Сутність та роль уваги. Роль мовлення в пізнавальних процесах. Труднощі спілкування. Бар'єри спілкування. Особливості ділового спілкування. | лекція              | Поточний; усний метод (співбесіда)                                           | 6 | 1 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | семінарське заняття | Поточний; презентація доповідей; інд.опитування; виконання письмових завдань | 6 | 2 |
| <b>Тема 4. Психологічні особливості спілкування.</b><br><br>Дистанція і голос у спілкуванні. Психологічні особливості публічного виступу. Психологічні особливості ведення дискусії. Уміння контролювати себе під час спілкування. Механізми психологічного захисту. Методи залагодження конфліктів. Прийоми керівництва увагою.            | лекція              | Поточний; усний метод (співбесіда)                                           | 6 | 1 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | семінарське заняття | Поточний; презентація доповідей; інд.опитування; виконання письмових завдань | 6 | 2 |

|                                                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| Техніка побудови питань.<br>Психологічні способів<br>впливу. Маніпуляції під<br>час спілкування. Типи<br>маніпуляторів. Способи<br>захисту від<br>маніпулювання.<br>Переговори (етапи,<br>підходи, помилки). |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

### 1. Організація самостійної роботи студентів

**3.1. Підготовка до семінарських занять.** Завдання з навчальної дисципліни «Тренінг спілкування» розробляються викладачем з дисципліни «Тренінг спілкування» і передбачають тематичний перелік теоретичних та практичних завдань до кожного заняття, перевірку мультимедійних презентацій матеріалу доповідей, використання методичного матеріалу до дослідження когнітивних стилів особистості.

### 3.2. Матеріали для самоконтролю та самостійної підготовки.

*Самостійна робота* студентів (СРС) передбачає оволодіння студентом навчальним матеріалом передбаченим тематичним планом дисципліни, самостійне опрацювання тем навчальної дисципліни у час, вільний від обов'язкових навчальних занять, а також передбачає підготовку до усіх видів контролю. Навчальний матеріал дисципліни передбачений робочим навчальним планом для засвоєння студентом у процесі самостійної роботи вноситься в перелік питань підсумкового контролю який опрацьовувався при проведенні аудиторних занять. Теми доповідей для СРС:

#### Тематика доповідей, рефератів для виступів студентів:

1. Спілкування як сприйняття людьми один одного.
2. Спілкування як взаємодія.
3. Спілкування як обмін інформацією (уявленнями, ідеями, інтересами, настроями, почуттями, установками тощо).
4. Ділова бесіда як основна форма ділового спілкування.
5. Етика спілкування як прояв культури професійної діяльності.
6. Об'єктивні та суб'єктивні причини виникнення комунікативних бар'єрів при спілкуванні.
7. Взаємодія вербальної та невербальної комунікації при спілкуванні.
8. Основні механізми пізнання та розуміння у процесі спілкування: ідентифікація, емпатія, рефлексія.

9. Компетентність у спілкуванні і її розвиток
10. Соціально-психологічний тренінг як різновид групової психологічної роботи.

### **3.3. Індивідуальні завдання.**

Індивідуальні завдання (ІЗ) з дисципліни «Тренінг спілкування» виконуються самостійно кожним студентом на основі вільного вибору теми завдання. ІЗ охоплює усі основні теми дисципліни. Метою виконання ІЗ є поглиблення знань студентів у тих темах курсу, що найменш розглядаються у лекційних і практичних заняттях. При виконанні та оформленні ІЗ студент може використати комп'ютерну техніку, інформацію з Інтернету, статистичний, довідковий та інші необхідні матеріали.

#### **Тематика:**

1. Деякі дослідники розмежовують поняття «спілкування» та «комунікація». Чи є вони тотожними?
2. Розкрити особливості комунікативної сфери особистості з якою ви контактуєте.
3. Основні психологічні причини і види конфліктів у спілкуванні.
4. Визначте та проілюструйте прикладами позицію викладача щодо студента: розуміння, визнання, прийняття.
5. Відомо, що на етапі початкового оволодіння мовою дитина, намагаючись задовольнити власні потреби, вимовляє певні слова, але слів не вистачає. Що приходить їй на допомогу? Проілюструйте прикладами.
6. Роль спілкування в житті людини. Проілюструйте прикладами з історії людства розуміння процесу спілкування для життя суспільства.
7. Невербальна поведінка людини. Приклади сприяння: позитивні та негативні впливи. (Приклад. Людина сидить під час бесіди схрестивши руки на грудях, заложивши ногу на ногу. Долонь не видно майже зовсім. Це сприймається як.....)
8. Наведіть та проаналізуйте три випадки, коли Ви допомогли комусь вирішити проблему за допомогою спілкування.
9. Основні механізми психологічного захисту при спілкуванні. Наведіть приклади.
10. Взаєморозуміння та уважність до співрозмовника як фактори ефективності спілкування.

#### **1. Технічне та програмне забезпечення (обладнання).**

Кожному здобувачу потрібно доєднатися до навчального середовища Google Classroom, оскільки там розміщуються навчальні матеріали,

проводиться тестування, ведеться журнал оцінювання навчальних досягнень, є можливість для листування з викладачем.

У режимі дистанційного навчання - вивчення курсу додатково передбачає приєднання кожного здобувача вищої освіти до програми Google Meet (для занять у режимі відеоконференцій). У цьому випадку здобувач має самостійно потурбуватися про якість доступу до інтернету. Для роботи в дистанційному форматі потрібні ноутбук / персональний комп'ютер / мобільний пристрій (телефон, планшет) з підключенням до Інтернет для:

- комунікації та опитувань,
- виконання домашніх завдань,
- виконання завдань самостійної роботи,
- проходження тестування (поточний, підсумковий контроль) тощо.

## **7. Політика дисципліни.**

*Політика щодо дедлайнів та перескладання.* Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання завдань відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

*Політика щодо академічної доброчесності.* Списування під час контрольних робіт заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час онлайн-тестування та підготовки практичних завдань під час заняття.

*Політика щодо відвідування.* Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватися в онлайн/змішаній формах за погодженням із керівником курсу.

## **8. Система оцінювання та вимоги.**

Здобувач допускається до складання заліку з дисципліни, якщо ним повністю виконані всі види робіт, передбачені робочим навчальним планом та програмою навчальної дисципліни.

Залік - це форма підсумкового (семестрового) контролю, яка передбачає оцінювання засвоєння здобувачами навчального матеріалу на підставі поточного контролю результатів виконання ним певних видів робіт (на практичних, семінарських і лабораторних, індивідуальних заняттях), так і результатів виконання самостійних завдань.

Засвоєння матеріалу оцінюється за 100-бальною шкалою, шкалою ЄКТС та національною шкалою.

Оцінювання результатів поточної роботи (завдань, що виконуються на семінарських заняттях, результати самостійної роботи здобувачів) проводити за критеріями:

- 0% завдання не виконано;
- 40% - завдання виконано частково або невчасно, а відповідь містить суттєві помилки методичного характеру,

- 60% завдання виконано повністю, але невчасно, а відповідь містить суттєві помилки у розрахунках або в методиці;
- 80% - завдання виконано повністю і вчасно, проте відповідь містить окремі несуттєві недоліки (розмірності, висновки, оформлення тощо);
- 100% завдання виконано правильно, вчасно і без зауважень.

#### Розподіл балів за видами діяльності:

| Вид діяльності студента                  | Максимальна кількість балів за одиницю | кількість одиниць | максимальна кількість балів | Форма контролю |
|------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------|-----------------------------|----------------|
| Робота на семінарському занятті          | 10                                     | 4                 | 40                          | Залік          |
| Виконання завдань для самостійної роботи | 15                                     | 4                 | 60                          |                |
| Разом                                    |                                        |                   | 100                         |                |
| Розрахунок балу за залік :60+40 = 100    |                                        |                   |                             |                |
|                                          |                                        |                   |                             |                |

#### Значення оцінки

| Оцінка за шкалою ЄКТС | Оцінка за стобальною шкалою | Оцінка за національною шкалою | Значення оцінки                                                                                                                          |
|-----------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A                     | 90-100                      | «зараховано»                  | Відмінно-відмінний рівень знань (умінь) В межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками                                |
| B                     | 80-89                       |                               | Дуже добре -рівень знань достатньо високий (умінь) В межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок                         |
| C                     | 75-79                       |                               | Добре - в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок                                                               |
| D                     | 69-74                       |                               | Задовільно -посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності |
| E                     | 60-68                       |                               | Достатньо мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)                                                                            |
| FX                    | 30-59                       | «не зараховано»               | Незадовільно - потрібно додатково працювати для отримання позитивної оцінки                                                              |
| F                     | 1-29                        |                               | Незадовільно - необхідна серйозна подальша робота вивченням курсу з повторним                                                            |

## 9. Рекомендовані джерела інформації:

Рекомендовані джерела інформації до теми (основна література; допоміжна література; інформаційні ресурси в мережі Інтернет)

### Основна література

1. Барановська Л. В. Психологія ділового спілкування : навч. посібник / Л. В. Барановська, Н. В. Глушаниця. К. : НАУ, 2016. 248 с.
2. Власенко, О.О.. Психологія формування професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів : *монографія*. Київ : Компрінт, 2024. 381 с.
3. Засекіна Л. В., Пастрик Т. В. Основи психології та міжособове спілкування : навч. посіб. / Лариса Володимирівна Засекіна, Тетяна Володимирівна Пастрик. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. 184 с.
4. Кайдалова Л. Г. Психологія спілкування : навчальний посібник / Л. Г. Кайдалова, Л. В. Пляка, Н. В. Альохіна, В. С. Шаповалова. — 2-ге вид., перероб. і допов. — Х. : НФаУ, 2018. 140 с
5. Комунікації в публічному управлінні : навч. посібник. / Г. О. Дзяна. — Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2024. — 224 с
6. Онуфрієва Л.А., Чайковська О.М. Психологія міжособистісних взаємин та комунікації: навчально-методичний посібник / уклад. : Онуфрієва Л.А., Чайковська О.М. Кам'янець-Подільський: Видавець Ковальчук О.В., 2021. 128 с.
7. Рибалка В.В. Психологічний супровід професійної діяльності педагогічних працівників закладів професійної (професійно-технічної) освіти в умовах воєнного стану: електронний навчальний курс. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 28 с.

### Додаткова література

1. Власенко, О.О. Психологічний аспект сприйняття мовлення в професійному спілкуванні. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. Т. 33 (72), 2022. 5, 32-36.
2. Власенко, О.О. Самодетермінація особистості в моделі розвитку професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія Педагогіка. Психологія*, 3, 2023. 11-16.
3. Засади когнітивної психології спілкування: [монографія]/ [В.П.Казміренко, В.М. Духневич, О.Ю. Осадько та ін.]; за наук. ред. В.П.Казміренка; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2013. С. 101–103.
4. Коваленко О.Г. Міжособистісне спілкування осіб похилого віку : психологічні аспекти : монографія / Олена Григорівна Коваленко.К.: Інститут обдарованої дитини, 2015. 456 с.
5. Психологія управління: навчальний посібник / укл. В.В.Ягоднікова. Одеса: видавець Букаєв В.В., 2022. 141 с.
6. Улунова ГЄ. Культура професійного спілкування державних службовців. Суми: СумДУ. 2019.
7. Ханецька Т. І. Культура мовленнєвого спілкування психолога: навч. посібник (для студ. психол. спец.) / Т. І. Ханецька. К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. 302 с.
8. Vlasenko, O., Korolchuk, V., Myronets, S., Boltivets, S., & Mykhaylyshyn, U. (2023). Disonancia cognitiva en la psicología de la producción del discurso profesional de los gerentes . *Interacción Y Perspectiva*, 13(2), 203-217.

### Інформаційні ресурси в мережі Інтернет

1. Кайдалова Л. Г. (2018) Психологія спілкування : навчальний посібник.  
<https://resource.odmu.edu.ua/chair/download/156078/SLheH0euoYkstRjirKqFPg/%D0>

%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3i%D1%8F\_%D1%81%D0%BFi%D0%BB%D0%BA%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F\_%D0%9D%D0%B0%D0%B2%D1%87\_%D0%BF%D0%BE%D1%81i%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA\_%D0%97%D0%B0%D0%BC\_18.012.pdf

2. Електронна бібліотека НАПН України. URL: Вас вітає Електронна бібліотека НАПН України - Електронна бібліотека НАПН України (iitta.gov.ua)
3. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. URL: appsychology.org.ua
4. Вчені записки Таврійського національного університету: серія Психологія. URL: Головна (vernadskyjournals.in.ua)
5. Психологічний часопис. URL: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС (apsijournal.com)