



**БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ
НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ**

**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«КАР'ЄРА ТА ПРОФЕСІЙНА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ»**

Галузь знань	С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»
Спеціальність	С4 «Психологія»
Освітня програма	Психологія
Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Компонент освітньо-професійної програми	вибірковий
Мова викладання	Українська
Форма навчання	Заочна
Семестр	1
Кількість кредитів ECTS / загальна кількість годин	4 / 120
Розподіл за видами занять та годинами навчання	Лекції – 10 год.
	Практичні – 10 год.
	Самостійна робота – 100 год.
Форма підсумкового контролю	Залік
Сторінка курсу на платформі Teams	Доступ надається в індивідуальному порядку

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Навчальна дисципліна «**Кар'єра та професійна самореалізація**» є вибірковою професійно-орієнтованою дисципліною, яка спрямована на формування у студентів системних знань про психологічні закономірності кар'єрного розвитку та професійної самореалізації особистості, а також розвиток практичних навичок кар'єрного консультивання та супроводу професійного зростання.

Мета навчальної дисципліни «**Кар'єра та професійна самореалізація**»: поглиблення знань і оволодіння теоретичними знаннями, практичними навичками у сфері психології кар'єри та професійної самореалізації, формування компетентностей для надання психологічної допомоги у плануванні та реалізації кар'єрного шляху особистості.

Основними **завданнями** є:

- вивчення теоретичних основ психології кар'єри та професійної самореалізації;
 - аналіз факторів успішності кар'єрного розвитку та професійного зростання;
 - освоєння методів діагностики кар'єрних орієнтацій та професійних цінностей;
 - формування навичок кар'єрного планування та стратегічного мислення;
 - розвиток умінь надавати психологічну підтримку у кар'єрних переходах;
- вивчення особливостей кар'єрного розвитку в різних професійних сферах.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач освіти повинен **знати**:

теоретичні основи психології кар'єри, концепції професійної самореалізації та закономірності кар'єрного розвитку особистості;

психологічні чинники успішності кар'єрного розвитку та умови досягнення професійної самореалізації;

методи діагностики кар'єрних орієнтацій, професійних цінностей та індивідуального кар'єрного потенціалу;

особливості кар'єрних переходів, криз професійного розвитку та психологічні механізми їх подолання;

специфіку кар'єрного розвитку в різних професійних сферах та сучасні тенденції ринку праці.

уміти:

здійснювати діагностику кар'єрних орієнтацій, професійних цінностей та ресурсів кар'єрного розвитку клієнта;

аналізувати індивідуальні та контекстуальні чинники, що визначають кар'єрний шлях особистості;

надавати психологічну підтримку у кар'єрному плануванні та прийнятті рішень щодо професійного розвитку;

супроводжувати клієнта в ситуаціях кар'єрних переходів, професійних криз та пошуку нових напрямів самореалізації;

розробляти індивідуальні стратегії кар'єрного розвитку з урахуванням особистісних особливостей та зовнішніх умов;

застосовувати сучасні методи та інструменти кар'єрного консультування в індивідуальній та груповій роботі.

Під час вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти зможуть отримати додатково наступні Soft skills:

стратегічне самопланування: розвиток здатності усвідомлено ставити довгострокові професійні цілі та будувати реалістичні шляхи їх досягнення; уміння поєднувати власні цінності та сильні сторони з можливостями зовнішнього середовища;

підтримувальне консультування: навички створення безпечного простору для дослідження клієнтом власних професійних прагнень та сумнівів; уміння супроводжувати людину у складних кар'єрних рішеннях без нав'язування власного бачення;

адаптивність і стійкість до невизначеності: здатність зберігати впевненість і конструктивність в умовах мінливого ринку праці та непередбачуваних кар'єрних змін; уміння переосмислювати невдачі як ресурс для подальшого професійного зростання;

мотивуюча комунікація: навички надихаючого та підтримувального спілкування, що активізує власну агентність клієнта; уміння допомагати людині повірити у власний потенціал та зробити перший крок до змі.

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1. Психологічні основи кар'єри та професійної самореалізації.

Тема 2. Теорії кар'єрного розвитку.

Тема 3. Діагностика кар'єрних орієнтацій та професійних цінностей.

Тема 4. Технології кар'єрного планування та розвитку.

Тема 5. Психологічний супровід кар'єрних переходів та змін.

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Лозовецька В. Т. Професійна кар'єра особистості в сучасних умовах : монографія. Київ : 2015. 279 с.

2. Остапенко І.В. Стратегії та технології активізації самоідентифікування молоді: методичний посібник. НАПН України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 92 с.

3. Побудова кар'єри : навчально-методичний посібник / за ред. О. В. Мельника. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 172 с.

4. Психологія професійної діяльності: підручник / за ред. С.К. Шандрука. Тернопіль: ЗУНУ, 2022. 256 с.

5. Чуйко О., Куравська Н. Гендер і кар'єра : навчальний посібник. ДВНЗ «Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника». Івано-Франківськ : Супрун В.П., 2019. 372 с.

Інформаційні ресурси

1. Державна науково-педагогічна бібліотека України імені В.О. Сухомлинського: офіційний сайт: [Електронний ресурс]. URL: <https://dnpb.gov.ua>

2. Електронна бібліотека НАПН України: офіційний сайт: [Електронний ресурс]. URL: <https://lib.iitta.gov.ua>

3. Закон України «Про вищу освіту»: [Електронний ресурс]. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>

4. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт: [Електронний ресурс]. URL: www.mon.gov.ua

5. Навчально-інформаційний портал БІНПО: офіційний сайт: [Електронний ресурс]. URL: <https://binpo.com.ua>