**Силабус курсу “Психологічні аспекти працевлаштування і побудови кар’єри”**

**2020-2021 навчального року**

|  |  |
| --- | --- |
| **Назва курсу** |  Психологічні аспекти працевлаштування і побудови кар’єри |
| **Адреса викладання курсу** | вул. Коперника, 3, м. Львів |
| **Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна** | кафедра психології філософського факультету |
| **Галузь знань, шифр та назва спеціальності** | Курс є дисципліною вільного вибору для студентів різних спеціальностей |
| **Викладачі курсу** | Чолій Софія Мирославівна, доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук |
| **Контактна інформація викладачів** | ел. пошта sofiya.choliy@lnu.edu.ua |
| **Консультації по курсу відбуваються** | В день проведення лекційних/практичних занять та згідно з розкладом консультацій на 1 семестр 2020/2021 навчального року у дистанційному форматі. |
| **Сторінка курсу** | http://e-learning.lnu.edu.ua/course/view.php?id=2178 |
| **Інформація про курс** | Дисципліна «Психологічні аспекти працевлаштування і побудови кар’єри» є дисципліною вільного вибору студентів різних спеціальностей, яка викладається в 5 семестрі бакалаврату в обсязі 3 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS) .  |
| **Коротка анотація курсу** | Курс «Психологічні аспекти працевлаштування і побудови кар’єри» має теоретико-прикладний характер, покликаний виробити у студентів вміння та навички самореалізації в професійній діяльності, постановки професійних цілей, розуміння власних цінностей і можливостей в сфері праці. |
| **Мета та цілі курсу** | ***Мета:*** ознайомити студентів з психологічними аспектами успішного працевлаштування та кар’єрного зростання, що є важливою складовою професійного становлення фахівців у різних спеціальностях та галузях діяльності.***Завдання:*** ознайомити студентів з основними професійними компетенціями та психологічними механізмами їх формування; сформувати у студентів базові знання про мотивацію до праці, цінності та професійні цілі, кар’єрні орієнтації; сформувати у студентів навички роботи в команді, складання життєвих планів, планування часу та публічного виступу, прийняття індивідуальних та групових рішень. |
| Література для вивчення дисципліни | Базова1. Борґ Дж. Мистецтво говорити. Таємниці ефективного спілкування. – Х.: Вид-во «Ранок» : Фабула, 2020. – 304 с.
2. Бурка Дж., Юен Л. Прокрастинація. Чому ви вдаєтеся до неї і що можна зробити із цим вже сьогодні. – Львів: Видавництво Старого Лева, 2019. – 400 с.
3. Верещагина Л.А., Карелина И.М. Психология потребностей и мотивация персонала. – Х.: Гуманитарний Центр, 2005. – 156 с.
4. Витманн С., Хинш Р. Социальная компетенция. - Харків: Гуманитарний центр, 2005. – 192 с.
5. Гаят М., Гаркаві Д. Дивись уперед. Надійний шлях до омріяного життя. – К.: Наш Формат, 2016. – 176 с.
6. Гертер Г. Принятие решений - Харків: Гуманитарний центр, 2008. – 210 с.
7. Ґодін С. Пробуй, не зупиняйся. Коли ви востаннє робили щось уперше?. – К.: Наш Формат, 2016. – 96с.
8. Грабовська С.Л. Психологічні аспекти комунікаційного менеджменту організації – Львів: ЛНУ ім.І.Франка, 2014. – 456 с.
9. Дахіґґ Ч. Кмітливіші, швидші, кращі. Секрети продуктивності в житті та бізнесі. – Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2017 – 432 с.
10. Занюк С.С. Психологія мотивації: навч. посібник / С.С. Занюк. – К. : Либідь, 2002. – 304 с.
11. Канеман Д. Мислення швидке й повільне / переклад з англ. Максим Яковлєв. – 2-ге вид. – К. : Наш Формат, 2018. – 480 с.
12. Кон А. Покарані нагородами. Вади системи мотивації. - Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2019 – 384 с.
13. Лалу Ф. Компанії майбутнього. – Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2019 – 544 с.
14. Ленсіоні П. Ідеальний командний гравець. Як розпізнати та розвинути три основні якості. - Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2017 – 192 с.
15. Паркер Г. Кропп Р. Формирование команди: Сборник упражнений для тренеров. – М.: Питер, 2002. – 160 с.
16. Посада Х., Сінґер Е. Не накидайтеся на зефір! Солодка формула успіху. – Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2018 – 112 с.
17. Сазерленд Дж. Scrum. Навчись робити вдвічі більше за менший час. – Харків: КСД, 2016. – 280 c.
18. Стоун Д. Складні розмови: як обговорювати те, що хвилює найбільше / Дуґлас Стоун, Брюс Петтон, Шейла Гін ; пер. з англ. О. Ліпської. – Х.: Віват, 2019. – 272 с.
19. Трейсі Б. Делегування та керування. – Харків: КСД, 2020. – 128 с.
20. Трейсі Б. Зроби це зараз. 21 чудовий спосіб зробити більше за менший час. – Харків: КСД, 2016. – 112 с.
21. Трейсі Б. Максимум успішності. Стратегії і навички для розкриття прихованого потенціалу. – Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2020 – 336 с.
22. Франкл В. Лікар та душа. Основи логотерапії (Розділ «Про сенс роботи»). – Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2018 – 320 с.
23. Франкл В. Людина у пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. – Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2016 – 160 с.
24. Хіз Ч., Хіз Д. Вирішуй правильно. Як обрати найкраще рішення в житті та на роботі. – Харків: [Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»](https://bookclub.ua/catalog/books/?listmode=2&f_dbookv57=9744), 2018 – 320 с.
25. Чиксентмігаї М. Потік. Психологія оптимального досвіду. – Харків: КСД, 2017. – 368 с.
 |
| **Тривалість курсу** | 90 год., 3 кредити ECTS |
| **Обсяг курсу** | **32** годин аудиторних занять. З них: 16 годин лекційних та 16 годин практичних занять. **58** годин самостійної роботи |
| **Очікувані результати навчання** | Після прослуханого курсу «Психологічні аспекти працевлаштування і побудови кар’єри» студенти повинні ***знати:**** Стратегії самопрезентації та психологічні аспекти працевлаштування;
* Особливості мотивації до праці (зовнішня та внутрішня мотивація, орієнтація на процес та результат в праці);
* Особливості формування цінностей та цілепокладання;
* Соціально-психологічні компетенції для планування кар’єри;
* Особливості побудови кар’єри та кар’єрні стратегії
* Основи тайм-менеджменту
* Особливості роботи в команді (поняття групової динаміки, групові ролі та норми)
* Стилі лідерства та керівництва
* Гнучкі технології управління (Agile, Scrum)
* Техніки ефективного обговорення проблем, проведення нарад та переговорів

***вміти***:* складати резюме та проходити співбесіду в процесі пошуку роботи;
* аналізувати власні цінності та формулювати життєві і професійні цілі, складати життєві плани;
* використовувати техніки планування часу;
* аналізувати групову динаміку, визначати свою роль в команді;
* використовувати техніки прийняття групових рішень
* переконливо висловлюватись, формулювати та аргументувати думки; виступати перед публікою.

***Результати навчання:*** формування соціальної, комунікативної та мотиваційної компетенції ***Формування компетенцій**** Знання та розуміння / Knowledge and understanding : своєрідність функціонування людини в професійній сфері; принципи та чинники прийняття індивідуальних та групових рішень; психологічні особливості мотивації до праці та її впливу на продуктивність працівника на робочому місці; типи кар’єрних орієнтацій та особливості побудови кар’єри; розуміння власних цінностей та їх впливу на професійну самореалізацію; особливості роботи в команді та типи командних ролей.
* Застосування знань та розумінь / Applying knowledge and understanding: застосовувати знання з курсу в процесі пошуку роботи та адаптації до робочого місця; планування власного кар’єрного розвитку; постановки та реалізації коротко- та довготермінових професійних цілей; управління власним часом та управління працівниками на робочому місці; прийнятті рішень щодо особистих чи робочих питань.
* Формування тверджень / Making judgements : критичний аналіз, оцінка і синтез нових та складних ідей, у процесі дискусій формування здатності до критичного аналізу психологічних аспектів функціонування ринку праці та професійного становлення особистості на робочому місці.
* Комунікативні навички / Communication skills : Професійне спілкування на робочому місці; навички та стратегії самопрезентації в процесі проходження співбесіди на бажану посаду; навички ведення нарад та переговорів, а також публічного виступу.
* Навички навчання / Learning skills : здатність удосконалювати професійні уміння та навички; розвиток soft skills, необхідних для успішної самореалізації в робочому колективі та команді; впровадження ідеї саморозвитку та самовдосконалення впродовж життя (life-long learning), особливо в напрямку розвитку психологічних компетенцій.
 |
| **Ключові слова** | Працевлаштування, кар’єра, мотивація до праці, професійні цілі, цінності, організаційна культура, робота в команді, лідерство, управління часом тощо. |
| **Формат курсу** | Очний |
|  |  |
| **Теми** | **ДОДАТОК (схема курсу)** |
| **Підсумковий контроль, форма** | залік в кінці семестру |
| **Пререквізити** | Курс «Психологічні аспекти працевлаштування та побудови кар’єри» базується на знаннях студентів з курсів «Психологія» для студентів непсихологічних спеціальностей, достатніх для сприйняття категоріального апарату та вироблення фахових умінь та навичок, а також на особистому досвіді слухачів в сфері працевлаштування. |
| **Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу** | Презентація, практичні заняття, інтерактивні методи навчання: групова робота, ділові ігри, дискусії, мозковий штурм, колаборативне навчання; індивідуальні навчальні завдання |
| **Необхідне обладнання** | Мультимедійний проектор, комп’ютер, дошка. |
| **Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)** | Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співідношенням: • семінарські заняття 100% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 100:* Індивідуальні навчально-дослідні завдання відповідно до тем курсу – 50 балів
* Підсумкова контрольна робота – 25 балів
* Активність на заняттях, конспектування додаткової літератури – 25 балів

**Академічна доброчесність при виконанні письмових робіт**: Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахуванння викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. **Відвідання занять** є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають усі практичні зайняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будьякому випадку студенти зобов’язані дотримуватися усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом. **Література.** Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.П**олітика виставлення балів.** Враховуються бали набрані на поточному тестуванні, самостійній роботі та бали підсумкового тестування. При цьому обов’язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час практичного заняття; недопустимість пропусків та запізнень на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов’язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін.Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. |
| **Питання до заліку** |  |
| **Опитування** | Анкету зворотного зв’язку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу. |

**Додаток Схема курсу**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тиж. / дата / год. | Тема, план, короткі тези | Форма діяльності (заняття)\* \*лекція, самостійна, дискусія, групова робота)  | Література.\*\*\* Ресурси в інтернеті | Завдання, год | Термін виконання |
| 2-3 тиждень10.09.202011.50 – 13.10 (2 год) 14.09.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 1: Практичні аспекти працевлаштування**. Навички написання резюме. Успішна співбесіда. Навички та стратегії самопрезентації  | Лекція, дискусія групова робота |  | Написання резюме на основі самоаналізу, 7,25 год | 24.09.2020  |
| 4-5 тиждень24.09.202011.50 – 13.10 (2 год) 28.09.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 2: Мотивація праці**Внутрішня та зовнішня мотивації. Теорії мотивації до праці. Орієнтація на процес та результат в праці. Поняття “потоку” мотивації | Лекція, дискусія групова робота. | 3, 10, 12, 25 | Опрацювання літератури, 7,25 годДослідження структури власної мотивації | 08.10.2020  |
| 6-7 тиждень08.10.202011.50 – 13.10 (2 год) 12.10.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 3: Професійні цілі в плануванні життєвого шляху**Поняття життєвих цінностей і сенсу життя. Цілі життя: короткотермінові та довготермінові, SMART-цілі. Планування життя базоване на цінностях та цілях. Навики складання реалістичних планів | Лекція, робота в групах | 5, 7, 22, 23 | Постановка цілей в сфері праці, побудова плану реалізації цілей.  7,25 год | 22.10.2020 |
| 8-9 тиждень22.10.202011.50 – 13.10 (2 год) 26.10.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 4: Соціально-психологічні компетенції для планування кар’єри** Ключові компетенції працівника та їх розвиток. Кар’єрна стратегія та планування кар’єри. Розвиток гнучкості як умова кар’єрного успіху в 21 ст. Навчання впродовж життя як кар’єрна стратегія  | Лекція, робота в групах | 4, 9, 11, 21 | Дослідження кар’єрних орієнтацій студентів, 7,25 год | 05.11.2020 |
| 10-11 тиждень05.11.202011.50 – 13.10 (2 год) 09.11.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 5: Основи тайм-менеджменту**Час як ресурс. Поняття планування часу. Поглиначі часу. Техніки планування часу | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 2, 17, 21, 22 | Аналіз власних особливостей управління часом, 7,25 год | 19.11.2020 |
| 12-13 тиждень19.11.202011.50 – 13.10 (2 год) 23.11.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 6: Робота в команді**Переваги команди. Групова динаміка, поступове нарощування ефективності роботи, згуртування команди. Групові ролі та норми. Техніки прийняття групових рішень | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 6, 14, 15, 24 | Дослідження власної ролі в команді, 7, 25 год | 03.12.2020 |
| 14-15 тиждень03.12.202011.50 – 13.10 (2 год) 07.12.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 7: Лідерство та керівництво**Лідер та керівник: хто є хто? Типи лідерства та стилі керівництва. Гнучкі технології управління та їх переваги: AGILE, SCRUM тощо | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 17, 19 | Опрацювання рекомендованої літератури,7,25 год | 14 тиждень |
| 16-17 тиждень17.12.202011.50 – 13.10 (2 год) 21.12.202011.50 – 13.10 (2 год) | **Тема 8: Навички обговорення та публічного виступу**Техніки ефективного обговорення проблем: дискусія, дебати, мозковий штурм. Уміння переконувати, навички формулювання думок та їх аргументації. Успішне проведення нарад і переговорів. Подолання тривоги та страху при публічному виступі | Лекція, робота в малих групах, дискусія | 1, 4, 8, 18 | Опрацювання рекомендованої літератури,7,25 год | 16 тиждень |