

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**
Кафедра соціальної роботи та реабілітації

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Декан факультету (директор ННІ)

“ ” _____ 20__ р.
(ПБ)

“СХВАЛЕНО”

на засіданні кафедри _____
протокол № _____ від “ ” _____ 20__ р.
Завідувач кафедри _____ (ПБ)

”РОЗГЛЯНУТО ”

Гарант ОП _____

_____ (ПБ)

**РОБОЧА ПРОГРАМА
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

ТРЕНІНГ КОМУНІКАТИВНОСТІ І АСЕРТИВНОСТІ

Галузь знань І Охорона здоров'я та соціальне забезпечення

Спеціальність 101 «Соціальна робота та консультування»

Освітня програма «Соціальна робота»

Факультет (ННІ) Гуманітарно-педагогічний

Розробники: ст.викладач, к.пед.н., Руслана БІЛИК

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

Опис навчальної дисципліни «Тренінг комунікативності і асертивності»

(до 1000 друкованих знаків)

Програма включає в себе основні теорії спілкування та взаємодії індивідів та груп, методи ненасильницького спілкування та асертивної комунікації, включає в себе творчий та практичний тренінговий доробок та практичні порди, щодо розвитку та покращення міжособистісної комунікації та конфліктної взаємодії.

Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь		
Освітній ступінь	бакалавр	
Спеціальність	соціальна робота та консультування	
Освітня програма	Соціальна робота	
Характеристика навчальної дисципліни		
Вид	вибіркова	
Загальна кількість годин	180	
Кількість кредитів ECTS	6	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) (за наявності)	-	
Форма контролю	залік	
Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм здобуття вищої освіти		
	Форма здобуття вищої освіти	
	денна	заочна
Курс (рік підготовки)	3	2
Семестр	5	4
Лекційні заняття	45 год.	6 год.
Практичні, семінарські заняття	45 год.	0 год.
Лабораторні заняття	0 год.	0 год.
Самостійна робота	90 год.	год.
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми здобуття вищої освіти	6 год.	

1. Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни

Мета сформувати у здобувачів освіти навички професійної та міжособистісної комунікації та розвинути асертивність у спілкуванні.

Набуття компетентностей:

інтегральна компетентність (ІК): здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у соціальній сфері або у процесі навчання, що передбачає застосування певних теорій та методів соціальної роботи і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

загальні компетентності (ЗК): ЗК 4. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

спеціальні (фахові) компетентності (СК): ФК 15. Здатність взаємодіяти з клієнтами, представниками різних професійних груп та громад, ФК 16. Здатність дотримуватися етичних принципів та стандартів соціальної роботи.

Програмні результати навчання (ПРН): ПРН 11. Використовувати методи профілактики для запобігання можливих відхилень у психічному розвитку, порушень поведінки, міжособистісних стосунків, для розв’язання конфліктів, попередження соціальних ризиків та складних життєвих обставин.
ПРН 21. Демонструвати толерантну поведінку, виявляти повагу до культурних, релігійних, етнічних відмінностей, розрізняти вплив стереотипів та упереджень.

2. Програма та структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин													
	денна форма							заочна форма						
	тижні	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
			л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.	
Модуль 1. Загальні засади сучасного поняття «комунікативність»														
Тема 1. Комунікативна компетентність та її функції		8	2	2			4	8					8	
Тема 2. Структура комунікативної компетентності		8	2	2			4	8					8	
Тема 3. Категоріальний аналіз понять «комунікація», «спілкування», «комунікативність»		8	2	2			4	8					8	
Тема 4. Спілкування як самостійний вид діяльності		8	2	2			4	8					8	
Тема 5. Види та форми спілкування		8	2	2			4	8					8	
Разом за модулем 1		40	10	10			20	40					40	
Модуль 2. Різноаспектність сучасних комунікативних процесів														
Тема 6. Комунікативні бар'єри. Вербальна та невербальна комунікація		8	2	2			4	8					8	
Тема 7. Комунікативна сторона спілкування		8	2	2			4	8					8	
Тема 8. Інтерактивна сторона спілкування		8	2	2			4	8					8	
Тема 9. Перцептивна сторона спілкування		8	2	2			4	8					8	
Тема 10. Комплексний комунікативний аналіз і його складові		8	2	2			4	8					8	
Разом за модулем 2		40	10	10			20	40					40	
Модуль 3. Загальні засади сучасного поняття «асертивність»														
Тема 11. Атракція як соціально-психологічний феномен		8	2	2			4	8					8	

Тема 12. Конфліктна взаємодія		8	2	2			4	8					8
Тема 13. Зміна структури конфлікту		8	2	2			4	8					8
Тема 14. Поняття «асертивність» та її функції Тема 14. Поняття «асертивність» та її функції		8	2	2			4	8					8
Тема 15. Психічна зрілість особистості як запорука асертивності		8	2	2			4	8					8
Тема 16. Асертивність як впевнений вияв думок і почуттів		8	2	2			4	8					8
Разом за модулем 3		48	12	12			24	48					48
Модуль 4. Сучасні техніки формування комунікативної компетентності та асертивності													
Тема 17. Техніки для розвитку асертивної поведінки		8	2	2			4	8					8
Тема 18. «Декларація життя» – технологія особистісного розвитку для формування асертивності		8	2	2			4	8					8
Тема 19. Розвиток комунікативності засобами соціально-психологічного тренінгу		8	2	2			4	8					8
Тема 20. Тренінги підвищення загальної життєвої компетентності		8	2	2			4	8					8
Тема 21. Розвиток навичок асертивної поведінки засобами тренінгу		8	2	2			4	8					8
Тема 22. Основи формування позитивного мислення		8	2	2			4	8					8
Тема 23. Позитивне мислення як можливість покращення психологічного здоров'я		4	1	1			2	4					4
Разом за модулем 4		21	13	13			26	50					50
Усього годин	180		45	45			90	180					178

3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Комунікативна компетентність та її функції, структура комунікативної	4

	компетентності	
2	Категоріальний аналіз понять «комунікація», «спілкування», «комунікативність», спілкування як самостійний вид діяльності	4
43	Види та форми спілкування. Комунікативні бар'єри	4
4	Вербальна та невербальна комунікація	4
5	Комунікативна, перцептивна та інтегративна сторони спілкування	4
6	Комплексний комунікативний аналіз і його складові	4
7	Атракція як соціально-психологічна взаємодія	4
8	Конфлікт, конфліктна взаємодія та його структура	4
9	Асертивність та її функції. Психічна зрілість особистості	4
10	Техніки розвитку асертивної поведінки. «Декларація життя»	4
11	Розвиток комунікативності засобами соціально-психологічного тренінгу	4
12	Тренінги підвищення загальної життєвої компетентності	4
13	Розвиток навичок асертивної поведінки засобами тренінгу	4
14	Основи формування позитивного мислення	4
15	Асертивність як новий вектор розвитку особистості	2

4. Теми лабораторних (практичних, семінарських) занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Комунікативна компетентність та її функції	2
2	Структура комунікативної компетентності	2
3	Категоріальний аналіз понять «комунікація», «спілкування», «комунікативність»	2
4	Спілкування як самостійний вид діяльності	2
5	Види та форми спілкування	2
6	Комунікативні бар'єри. Вербальна та невербальна комунікація	2
7	Комунікативна сторона спілкування	2
8	Інтерактивна сторона спілкування	2
9	Перцептивна сторона спілкування	2
10	Комплексний комунікативний аналіз і його складові	2
11	Атракція як соціально-психологічний феномен	2
12	Конфліктна взаємодія	2
13	Зміна структури конфлікту	2
14	Поняття «асертивність» та її функції	2
15	Психічна зрілість особистості як запорука асертивності	2
16	Асертивність як впевнений вияв думок і почуттів	2
17	Техніки розвитку асертивної поведінки	2
18	«Декларація життя» – технологія особистісного розвитку для формування асертивності	2
19	Розвиток комунікативності засобами соціально-психологічного тренінгу	2
20	Тренінги підвищення загальної життєвої компетентності	2
21	Розвиток навичок асертивної поведінки засобами тренінгу	2
22	Основи формування позитивного мислення	2
23	Позитивне мислення як можливість покращення психологічного здоров'я	1

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Асертивність як оптимальна стратегія поведінки	9
2	Стили і види спілкування	9
3	Відмінності між агресивно-пасивним і пасивно-агресивним видом	9

	спілкування	
4	Асертивність-напористість	9
5	Доросла позиція	9
6	Оптимальні стратегії поведінки	9
7	Асертивність як звичка і навичка	9
8	Причини виникнення найпоширеніших конфліктів	9
9	Психологічна природа конфліктності	9
10	Внутрішні конфлікти з якими ми живемо	9

6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:

(вибрати необхідне чи доповнити)

- усне або письмове опитування;
- співбесіда;
- тестування;
- захист проєктів.

7. Методи навчання (вибрати необхідне чи доповнити):

- метод проблемного навчання;
- метод практико-орієнтованого навчання;
- кейс-метод;
- метод проєктного навчання;
- метод навчання через дослідження;
- метод навчальних дискусій та дебатів;
- метод командної роботи, мозкового штурму.

8. Оцінювання результатів навчання.

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України»

8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
Модуль 1. Загальні засади сучасного поняття «комунікативність»		
ПЗ 1		10
ПЗ 2		10
ПЗ 3		10
ПЗ 4		10
ПЗ 5		10
Самостійна робота		20
Модульна контрольна робота 1.		30
Всього за модулем 1		100
Модуль 2. Різноаспектність сучасних комунікативних процесів		
ПЗ 6		10
ПЗ 7		10
ПЗ 8		10
ПЗ 9		10
ПЗ 10		10
Самостійна робота		20
Модульна контрольна робота 2.		30
Всього за модулем 2		100

Модуль 3. Загальні засади сучасного поняття «асертивність»		
ПЗ 11		10
ПЗ 12		10
ПЗ 13		10
ПЗ 14		10
ПЗ 15		10
ПЗ 16		10
Самостійна робота		10
Модульна контрольна робота 3		30
Всього за модулем 3		100
Модуль 4. Сучасні техніки формування комунікативної компетентності та асертивності		
ПЗ 17		10
ПЗ 18		10
ПЗ 19		10
ПЗ 20		10
ПЗ 21		10
ПЗ 22		10
ПЗ 23		10
Модульна контрольна робота 4		30
Всього за модулем 2		100
Навчальна робота	$(M1 + M2)/2 \cdot 0,7 \leq 70$	
Екзамен/залік	30	
Всього за курс	$(\text{Навчальна робота} + \text{залік}) \leq 100$	

8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

8.3. Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу лектора за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності	Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів).
Політика щодо відвідування	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету та викладачем)

9. Навчально-методичне забезпечення:

- електронний навчальний курс навчальної дисципліни **ПОСИЛАННЯ**
- інформаційні цифрові ресурси:

1. Здорові межі або хто такі асертивні люди?. URL:
<https://youtu.be/Ka4j2uIQq24>.

2. Вміння добре говорити допомагає добре заробляти. URL: <https://youtu.be/IDGmusXkoLg>.
3. Ефективна Комунікація. URL: <https://youtu.be/34h3jGPi-nQ>.
4. Чому невербальна комунікація є важливою в соціокультурному просторі? URL: <https://youtu.be/SHm35gjuvSQ>.
5. Здорові межі або хто такі асертивні люди?. URL: <https://youtu.be/Ka4j2uIQq24>.
6. Асертивність. URL: <https://youtu.be/-ht4P3SbsAU>.
 - підручники, навчальні посібники, практикуми.
 - методичні матеріали щодо вивчення навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти денної та заочної форм здобуття вищої освіти.
 - програма та плани лекцій.

10. Рекомендовані джерела інформації

Базова

1. Вікторова Л. В. Тренінг із соціальної комунікації : навчальний посібник для студентів ОС «Бакалавр», спеціальності «Соціальна робота». К.іїв, 2017. 105 с.
URL:http://dglb.nubip.edu.ua/bitstream/123456789/5070/1/V%d1%96ktorova_Tren%d1%96ng.pdf.15
2. Куб'як Н., Равлюк Т. Тренінг комунікативної компетентності як форма соціально-мовленнєвої взаємодії майбутніх соціальних працівників у процесі вивчення курсу «Основи комунікації в соціальній роботі. Збірник національного авіаційного університету. 2018. № 13. С. 14-19.
URL:<https://jml.nau.edu.ua/index.php/VisnikPP/article/view/13398/18607>.
3. Марчук Л. М. Соціально-психологічні особливості формування асертивної поведінки у професійному становленні майбутніх психологів: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.05. Київ, 2016. 225 с.

Додаткова

1. Кічук А. В. Особистісні особливості психоемоційного здоров'я студентів: монографія. Ізмаїл: ІДГУ. 2020. 406 с.
2. Бігунов, Д. О. 2018. Психологічний аналіз конфліктних комунікативних ситуацій. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». 41. 2018. С. 40–52. URL: <http://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/156485>
3. Перепелюк Т.Д., Гриньова Н.В. Діагностика проявів емоційного інтелекту під час переживання стресових ситуацій. Наукові інновації та передові технології, 2022. № 3(5). С. 98-109.
4. Перепелюк Т.Д. Тренінг як чинник актуалізації процесу спілкування у ході навчально-професійної діяльності. Психологічний журнал. Умань, 2018. № 1. С. 61-72.
5. Осадченко І., Словік О., Барна М. Психопедагогічні рекомендації для роботи з дітьми 6–11 років (для вчителів початкової школи, які у час війни проводять уроки офлайн та онлайн; психологів; молодших школярів та їхніх батьків): У рамках міжнародного волонтерського мініпроєкту «Урок для дітей України» (під час і після війни). Умань: Громадська організація «Міжнародна асоціація сучасної

освіти, науки та культури», 2022. 41 с. <https://sqe.gov.ua/wp-content/uploads/2022/02/Psikhopedagogichni-rekomendacii-dlya-roboti-z-ditmi-6%E2%80%9311-rokiv.pdf>

6. Осадченко І., Словік О., Барна М. Психопедагогічні рекомендації для роботи з дітьми 6–11 років (для вчителів початкової школи, які у час війни проводять уроки офлайн та онлайн; психологів; молодших школярів та їхніх батьків): У рамках міжнародного волонтерського мініпроєкту «Урок для дітей України» (під час і після війни) за співпраці з «Fundacja Edu SEN» (Республіка Польща), Stowarzyszenie Klanza (Республіка Польща) та сприяння Державної служби якості освіти України. Випуск 2. Умань: Громадська організація «Міжнародна асоціація сучасної освіти, науки та культури», 2022. 29 с.

<https://drive.google.com/drive/u/1/folders/104UvoFu0cLjce4syTLKpmgQyiAPWaIw5>

7. Osadchenko I., Slovik O., Barna M. Rekomendacje psychopedagogiczne dotyczące pracy z dziećmi w wieku 6–11 lat (dla nauczycieli szkół podstawowych, które prowadzą zajęcia online i/lub offline podczas wojny; pracowników socjalnych; psychologów; uczniów młodszych oraz ich rodziców): W ramach międzynarodowego mini projektu wolontarystycznego «Lekcje dla dzieci z Ukrainy» (podczas i po wojnie). Tłumacz: Liliia Sydor; Redaktor językowy i korektor: Alina Godlewska. Część 1.16 Uman–Lublin: Organizacja społeczna Międzynarodowe stowarzyszenie edukacji społecznej, nauki i kultury, 2022. 40 s.

<https://drive.google.com/drive/u/1/folders/104UvoFu0cLjce4syTLKpmgQyiAPWaIw5>

8. Данилюк О., Осадченко І., Іовхімчук Н. Інтерактивні технології як один із найважливіших засобів підготовки майбутніх фахівців ЗВО. Acta Paedagogica Volynienses. Видавничий дім «Гельветика». Вип. 4, 2021. С. 50–56.

<http://journals.vnu.volyn.ua/index.php/pedagogy/article/view/269>

9. Осадченко І. І. Застосування креативних технологій навчання: психодидактичні установки-перешкоди / І. Осадченко // Актуальні проблеми сучасної психодидактики : матеріали І Міжнар. Інтернет-конф. (м. Умань, 27 квітня 2017 р.) // Folia Comeniana : вісник Польсько-української науково-дослідницької лабораторії психодидактики імені Я. А. Коменського / [гол. ред. І. І. Осадченко]. – Умань : ФОП Жовтий О. О., 2017. – С. 22–26.

10. Осадченко І. І. Компетентнісний підхід до оцінки навчальних досягнень студентів педагогічного закладу вищої освіти / І. Осадченко // Модернізація освітнього середовища: проблеми та перспективи: матеріали III Міжнар. Науково-практичної конф. . (м. Умань, 16–17 лютого 2018 р.) // Folia Comeniana : вісник Польсько-української науково-дослідницької лабораторії психодидактики імені Я. А. Коменського / [гол. ред. І. І. Осадченко]. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2018. – С. 142–143.

11. Осадченко І. Життєвий освітній простір: психопедагогічні проблеми наступності. Теоретичні та практичні аспекти формування освітнього простору інституційного рівня: світовий і вітчизняний вимір: матеріали міжнародної наукової конференції. (Львів, 24-25 жовтня 2019 р.). Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2019. С. 155-156.

12. Осадченко І. І., Данилюк О. К. Сучасні аспекти формування комунікативної компетентності майбутніх педагогів у процесі вивчення рідної мови. Україна, українська мова – світ ХХІ століття у діалозі культурномовних, морально-

громадянських цінностей особистості та педагогічних систем : ел. зб.статей за матеріалами Дванадцятої Всеукр. науково-практичної конф., м. Київ, 25 жовт. 2019 р. / [за наук. ред. Г. О. Васьківської]. Київ : Педагогічна думка, 2019. С. 334–340.

13. Осадченко І. Психопедагогічні умови створення едукативного середовища у закладах вищої освіти: проблеми сьогодення українських освітніх реформ. Модернізація освітнього середовища: проблеми та перспективи: матеріали Шостої Міжнародної науково-практичної конференції (Умань, 08–09 жовтня 2020 р.). Умань: ВПЦ «Візаві», 2020. С. 114–117.

14. Осадченко І., Данилюк О. Психопедагогічні умови створення едукативного середовища у закладах вищої освіти: проблеми сьогодення українських освітніх реформ. Інновації в освіті і педагогічна майстерність учителя-словесника: збірник матеріалів V усеукраїнської науково-практичної конференції, (м. Суми, 29-30 жовтня 2021 року) / за ред. О. М. Семеног. Суми: Видавництво СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2021. Випуск 5. С. 18-21.

15. Осадченко І., Данилюк О. Формування національно-мовної особистості засобами народної педагогіки «Педагогічний поступ»: матеріали І 17 Всеукраїнського круглого столу (Луцьк, 15 листопада 2021 р.) / За заг. ред. проф. Пріми Р. М. Луцьк: ФОП Іванюк В. П., 2021. С. 104–107.

16. Осадченко І. Аналіз психолого-педагогічного питання: «Чи може директор (завуч) школи заходити на урок без попередження?». Світові виклики сучасній освіті: матеріали І Міжнар. наук.-практ. конф. / гол. ред.: Осадченко І.І. Вип. 1 (Ч. 2). Умань: Громадська організація «Міжнародна асоціація сучасної освіти, науки та культури», 2021. С. 11–13.

17. Осадченко І. І. Готовність викладачів до застосування у ВНЗ креативних технологій навчання: психодидактичні аспекти / І. Осадченко //Збірник наукових статей: Folia Comeniana : вісник Польсько-української науково-дослідницької лабораторії психодидактики імені Я. А. Коменського / [гол. ред.І. І. Осадченко]. – Умань : ФОП Жовтий О. О., 2017. – С. 82–84.

18. Осадченко І. І. Розв'язання педагогічних ситуацій – і наука, і мистецтво / Осадченко І. І. // Учитель початкової школи. – 2017. - № 7. – С. 16-21.

19. Осадченко І. І. Особливості створення психологічного комфорту на заняттях як запорука збереження здоров'я студентів та викладачів. Вісник науково дослідницької лабораторії «В. О. Сухомлинський і школа ХХІ століття»: 100-річчю від дня народження В. О. Сухомлинського присвячується. / за ред. В. Г. Кузя. Умань: ВПЦ «Візаві», 2018. Випуск ХІ. 146 с.

20. Осадченко І. І. Застосування технології ситуаційного навчання у закладах вищої освіти: психодидактичні аспекти. Зб. Наук. Праць: Дидактика: теорія і практика. Київ, Педагогічна думка, 2018. С. 10-13.

21. Осадченко І. Аналіз психолого-педагогічного питання: «Як протистояти психологічному насильству на робочому місці?». Сучасні психолого-педагогічні ідеї: збірник наукових та навчально-методичних праць / гол. ред.:Осадченко І. І. Вип. 1. Умань: Громадська організація «Міжнародна асоціація сучасної освіти, науки та культури», 2022. С. 8–10.